



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

## **FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

### **TEMA**

**“EL JUEGO COMO MEDIO DIDÁCTICO INCIDE EN EL APRENDIZAJE DEL ESTILO CRAWL EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SÁNCHEZ Y CIFUENTES DE LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2013-2014”**

**Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciado en la especialidad de Educación Física**

**AUTOR: Viteri Benavides Xavier Andrés**

**DIRECTOR: Dr. Vicente Yandún Y. Msc.**

**Ibarra, 2014**

#### ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como Director del Trabajo de Grado Titulado: "EL JUEGO COMO MEDIO DIDÁCTICO INCIDE EN EL APRENDIZAJE DEL ESTILO CRAWL EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SÁNCHEZ Y CIFUENTES DE LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2013-2014", Trabajo realizado por el señor egresado Viteri Benavides Xavier Andrés, previo a la obtención del título de Licenciado en la Especialidad de Educación Física.

Xavier

A ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación, que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentados públicamente ante un Tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar por ser justo y legal.

Ibarra, 4 de Julio del 2014

  
Msc. Vicente Yandún  
DIRECTOR

ii

# DEDICATORIA

El presente trabajo de grado va dedicado a las autoridades y estudiantes de la Unidad educativa Sánchez y Cifuentes, por la colaboración brindada y la apertura para el desarrollo de todas las actividades realizadas.

A mis padres, Wilson Viteri y Edith Benavides; los cuáles me han apoyado en todo el camino de mi carrera, siendo ellos los motivadores para llegar a ser un profesional.

**Xavier**

# AGRADECIMIENTO

Agradecer es muy necesario, pero no suficiente, porque el apoyo brindado, las facilidades y el integrado de conocimientos entregados por parte de nuestra prestigiosa Universidad Técnica del Norte para el desarrollo favorable en vista del progreso de nuestro país, al educarnos con la visión y misión correctas para ser unos futuros licenciados en la especialidad de cultura física al servicio de nuestra sociedad y el país.

A los maestros que día a día sin egoísmo compartieron sus conocimientos para formar entes responsables y comprometidos, por su dedicación y tiempo.

Como encontrar las palabras correctas y adecuadas para agradecer al Dr. Vicente Yandún Y. Msc Director de Trabajo de Grado, quien estuvo dirigiendo este trabajo con el fin de que todo salga bien durante el proceso investigativo.

**Xavier**

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE GENERAL	v
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	1
<b>CAPÍTULO I</b>	<b>4</b>
<b>1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>4</b>
1.1 Antecedentes	4
1.2 Planteamiento del Problema	6
1.3 Formulación del Problema	8
1.4 Delimitación del Problema	9
1.4.1 Unidades de Observación	9
1.4.2 Delimitación Espacial	9
1.4.3 Delimitación Temporal	9
1.5 Objetivos	9
1.5.1 Objetivo General	9
1.5.2 Objetivos Específicos	9
1.6 Justificación	10
1.7 Factibilidad	12
<b>CAPÍTULO II</b>	<b>13</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>13</b>
2.1 Fundamentación Teórica	13
2.1.1 Fundamentación Psicológica	13

2.1.2 Fundamentación Pedagógica	14
2.1.3 Fundamentación Epistemológica	15
2.1.4 Fundamentación Sociológica	16
2.1.5 Fundamentación Legal	17
2.1.6 El juego	18
2.1.7 Rasgos propios del juego	21
2.1.8 El alumno que aprende las actividades acuáticas	24
2.1.9 Mecanismo de percepción	25
2.1.10 Juegos con accesorios de natación para nadadores	26
2.1.11 Definición estilo crawl	29
2.1.12 Crawl lo que debe saber	30
2.1.13 Como reducir al mínimo la resistencia	31
2.1.14 Cómo crear propulsión	33
2.1.15 Nadar con el peso del cuerpo	33
2.1.16 Fundamentos técnicos del estilo crawl	34
2.1.17 La alineación horizontal del cuerpo	34
2.1.18 Errores de la posición del cuerpo	36
2.1.19 La acción de Piernas	37
2.1.20 Las características que pueden cumplir	37
2.1.21 Acción de los brazos	38
2.1.22 Enseñanza de la brazada	39
2.1.23 La Respiración	41
2.1.24 Coordinación brazos y piernas	43
2.1.25 Errores en el crawl	43
2.2 Posicionamiento Teórico Personal	46
2.3 Glosario de Términos	47

2.4 Interrogantes de Investigación	50
2.5 Matriz Categorical	51
<b>CAPÍTULO III</b>	52
<b>3. MARCO METODOLÓGICO</b>	52
3.1 Tipo de Investigación	52
3.2 Métodos	53
3.3 Técnicas e Instrumentos	55
3.4 Población	55
3.5 Muestra	56
<b>CAPÍTULO IV</b>	58
<b>4 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b>	58
4.1 Resultados de la encuesta aplicada a los docentes	59
4.2 Resultado de las fichas de observación aplicada a los estudiantes	69
4.3 Contestación a las interrogantes de investigación	79
<b>CAPÍTULO V</b>	80
<b>5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	80
5.1 Conclusiones	80
5.2 Recomendaciones	81
<b>CAPÍTULO VI</b>	82
<b>6 PROPUESTA ALTERNATIVA</b>	82
6.1 Título de la Propuesta	82
6.2 Justificación	82
6.3 Fundamentación	83
6.4 Objetivos	98
6.4.1 Objetivo General	98
6.4.2 Objetivos Específicos	98

6.7	Ubicación Sectorial y Física	99
6.8	Desarrollo de la Propuesta	100
6.9	Impacto	130
6.10	Difusión	130
6.11	Bibliografía	130
	Anexos	132
	Árbol de Problemas	133
	Matriz de Coherencia	134
	Matriz Categorical	135
	Encuesta	136
	Ficha de Observación	139
	Certificación	140



## RESUMEN

La presente investigación se refirió a “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de Octavos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra en el año 2013-2014” El presente trabajo de grado tuvo como propósito esencial determinar el tipo juegos didácticos que inciden en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes. Posteriormente se efectuó la justificación donde se explicó las razones porque se realizó esta investigación y su importancia que tiene los juegos didácticos para el aprendizaje del estilo crawl. Para la elaboración del marco teórico, se revisó cuidadosamente la literatura, se obtuvo la información de acuerdo a las categorías independiente y dependiente las mismas que nos han guiado de una manera lógica, para ello se ha consultado en libros, revistas. Luego se procedió a desarrollar la parte metodológica, que se refiere a los tipos de investigación, bibliográfica, campo, descriptiva, propositiva, también se utilizó métodos los mismos que han servido para guiar el proceso de investigación, también se utilizó, técnicas e instrumentos, para indagar acerca de los juegos didácticos. La técnica de investigación que se aplicó fue la encuesta para los profesores y la ficha de observación para los estudiantes de la institución investigada, luego de obtener los resultados se procedió a representar gráficamente, analizar e interpretar cada una de las preguntas de la encuesta y ficha de observación, finalmente se redactó las conclusiones y recomendaciones, las mismas que ayudaron a elaborar la Guía didáctica que contiene una gran variedad de juegos didácticos para que los estudiantes aprendan el estilo crawl de manera técnica y adecuada. La Guía metodológica contendrá variedad de juegos, si bien es cierto se le concibe al juego didáctico es una estrategia que se puede utilizar en cualquier nivel o modalidad del educativo pero por lo general el docente lo utiliza muy poco porque desconoce sus múltiples ventajas.

## **ABSTRACT**

The present investigation concerned "The game as a teaching affects learning style students crawl Eighth years of General Basic Education Sanchez Cifuentes and Education Unit of Ibarra in the year 2013-2014" This degree work was to determine the type essential purpose educational games that affect learning in students crawl style. Subsequently justification which explained the reasons for this research and the importance of educational games for learning front crawl were done was done. In developing the theoretical framework, carefully reviewed the literature, information according to independent and dependent categories are scored the same that have guided us in a logical manner, for it has been accessed in books, magazines. Then he proceeded to develop the methodological part, refers to the types of research, bibliographic field descriptive proactive methods also used the same that were used to guide the research process was also used, techniques and tools, to inquire about educational games. The research technique applied was the survey for teachers and observation sheet for students of the research institution after obtaining the results we proceeded to graph, analyze and interpret each of the survey questions and record observation, finally the conclusions and recommendations are drafted, the same who helped develop the teaching guide that contains a variety of educational games for students to learn the technique and style crawl properly. Methodological Guide contains variety of games, although he conceives the educational game is a strategy that can be used at any level or form of education but usually the teacher uses it very little known because of its many advantages.

## INTRODUCCIÓN

El juego didáctico es una técnica participativa de la enseñanza encaminado a desarrollar en los estudiantes métodos de dirección y conducta correcta, estimulando así la disciplina con un adecuado nivel de decisión y autodeterminación; es decir, no sólo propicia la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades, sino que además contribuye al logro de la motivación por las asignaturas; o sea, constituye una forma de trabajo docente que brinda una gran variedad de procedimientos para el entrenamiento de los estudiantes en la toma de decisiones para la solución de diversas problemáticas.

El juego es una actividad, naturalmente feliz, que desarrolla integralmente la personalidad del hombre y en particular su capacidad creadora. Como actividad pedagógica tiene un marcado carácter didáctico y cumple con los elementos intelectuales, prácticos, comunicativos y valorativos de manera lúdica.

La particularidad de los Juegos Didácticos consiste en el cambio del papel del profesor en la enseñanza, quien influye de forma práctica en el grado o nivel de preparación del juego, ya que en éste él toma parte como guía y orientador, llevando el análisis del transcurso del mismo. Se pueden emplear para desarrollar nuevos contenidos o consolidarlos, ejercitar hábitos y habilidades, formar actitudes y preparar al estudiante para resolver correctamente situaciones que deberá afrontar en su vida.

Despiertan el interés hacia las asignaturas. Provocan la necesidad de adoptar decisiones. Crean en los estudiantes las habilidades del trabajo interrelacionado de colaboración mutua en el cumplimiento conjunto de tareas. Exigen la aplicación de los conocimientos adquiridos en las

diferentes temáticas o asignaturas relacionadas con éste. Se utilizan para fortalecer y comprobar los conocimientos adquiridos en clases demostrativas y para el desarrollo de habilidades. Constituyen actividades pedagógicas dinámicas, con limitación en el tiempo y conjugación de variantes. Aceleran la adaptación de los estudiantes a los procesos sociales dinámicos de su vida. Rompen con los esquemas del aula, del papel autoritario e informador del profesor, ya que se liberan las potencialidades creativas de los estudiantes.

El juego es una de las actividades primarias e importantes que desarrolla el ser humano. Puede estar presente a lo largo de toda la vida de una persona, el juego se hace presente con mayor frecuencia en la etapa de la infancia.

El juego es un medio muy importante para la enseñanza de la Cultura Física ya que constituye una ocupación principal en el estudiante, a través de éste puede adquirirse mayor desarrollo, además el juego en los niños tiene propósitos educativos logrando el incremento de sus capacidades creadoras, lo cual es muy recomendable utilizarlo por ser un medio eficaz en el entendimiento de la realidad.

Mediante el juego los estudiantes pueden lograr lo siguiente: experimentar, aprender, reflejar y transformar la realidad, el estudiante crece a través del juego, es por eso que no se debe limitar al estudiante en esta actividad lúdica porque es una excelente vía para expresar y realizar sus deseos.

En cuanto su contenido está formulado por los siguientes capítulos:

Capítulo I: En este primer capítulo contiene los antecedentes, el planteamiento del problema, formulación del problema, la delimitación, espacial y temporal así como sus objetivos y justificación.

Capítulo II: El capítulo dos contiene todo lo relacionado al Marco Teórico, con los siguientes aspectos fundamentación teórica, posicionamiento teórico personal, glosario de términos, interrogantes de investigación, matriz categorial.

Capítulo III: En el capítulo tres, se describe la metodología de la investigación, los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, determinación de la población y muestra.

Capítulo IV: En el capítulo cuarto, se muestra detalladamente el análisis e interpretación de resultados de las encuestas y fichas de observación aplicados a los estudiantes de octavos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra.

Capítulo V: En este capítulo cinco, contiene cada una de las conclusiones a las que se llegó una vez terminado este trabajo de investigación y se completa con la descripción de ciertas recomendaciones.

Capítulo VI: Por último el capítulo seis, concluye con el desarrollo de la propuesta alternativa.

## **CAPÍTULO I**

### **1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1 ANTECEDENTES**

La Unidad Educativa Salesiana “Sánchez y Cifuentes”, está situada en Ecuador en la provincia de Imbabura, ciudad de Ibarra en la parroquia urbana de San Francisco, limitan al norte la calle César Antonio Mosquera, al sur la Calle Rosalía Rosales de Fierro, al este la calle Vicente Rocafuerte y al oeste la Calle Antonio José de Sucre.

El colegio nació de su amplia y profunda visión y de su grande amor por la juventud: las generaciones de alumnos que se formaron en sus aulas guardarán para siempre el recuerdo lleno de afecto y gratitud del padre y fundador: Monseñor César Antonio Mosquera.

Según datos históricos recopilados desde el año 1820 a 1837, los filántropos Martín Sánchez y José Manuel Cifuentes donaron sus bienes materiales “para la educación gratuita de la juventud ibarreña”. De ellos toma los apellidos. Por derecho legislativo del 18 de noviembre de 1865 estos bienes fueron entregados primero al Seminario Menor San Diego. En 1913 el Congreso derogó el decreto anterior por discrepancias religiosas pasando estos bienes a la administración del Colegio Teodoro Gómez de la Torre. Por intervenciones de Mons. César Antonio Mosquera regresaron los bienes al Clero con los que se fundó el Colegio Sánchez y Cifuentes el 29 de septiembre de 1937, previa Resolución Ministerial 52 del 29 septiembre del mismo año, con el objeto de salvaguardar el patrimonio legado a la Curia. Comenzó entonces el “Sánchez y Cifuentes” a funcionar como anexo al Seminario Menor San Diego. Mons. Silvio Luis

Haro encargó la dirección del Colegio a la Comunidad Salesiana en el Ecuador, llegando los primeros Salesianos a Ibarra para hacerse cargo del mismo el 12 de septiembre de 1961. El 1 de octubre de 1961 se hizo cargo la Comunidad Salesiana de la organización y administración debiendo anotar que en la ciudadanía, alumnos, padres de familia e inclusive en profesores se dio marcada resistencia a la presencia de los Salesianos. Siete años más tarde el 16 de septiembre de 1968, la Rvma. Curia entregó en propiedad el Colegio con todos sus anexos (no los bienes de los legados) a la Congregación Salesiana, que desde entonces se responsabilizó totalmente de su funcionamiento.

El Ministerio de Educación y Cultura, con Acuerdo 1308 del 7 de febrero de 1986, firmado por el Sr. Ministro Dr. Camilo Gallegos, declaró al Colegio Salesiano “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra como plantel particular con financiamiento parcial del Estado (Fisco Misional). Sólo en junio de 1987 se hace efectiva la correspondiente partida presupuestaria.

El Colegio Particular, hoy Fisco Misional “Sánchez y Cifuentes”, empezó con 10 alumnos que para el año 1943 serían los primeros en recibir el título de Bachilleres de la República. En la actualidad se cuenta con 835 alumnos matriculados. El centro educativo comprende: Educación Básica y Bachillerato con las especialidades de Físico Matemáticas y Químico Biológicas, cuenta con laboratorios de Biología, Química, Física, Ciencias Naturales e Informática, canchas de básquet, vóley, capilla, piscina, coliseo, estadio, taller de electricidad, sala de dibujo y sala de audiovisuales con pizarra digital.

En la provincia de Imbabura la enseñanza de la natación no ha podido avanzar por falta de creatividad en juegos didácticos y la no asistencia a cursos de actualización por parte de los profesores, haciendo que sus clases sean las mismas de siempre y logrando que sea una clase común

y no una clase motivadora, al estar ocurriendo esto el estudiante va darse cuenta que las clases son en vano, porque no verán progreso y peor aún se perderá el interés en la materia de natación, desperdiciando instalaciones que tenemos en la provincia una de ellas la piscina olímpica que permite que los estudiantes asistan a dicha instalación, es una tragedia ver a jóvenes en lugares acuáticos nadar de una manera incorrecta, no puede ser posible que siga pasando esto en la provincia de Imbabura, de continuar esto los estudiantes de cada colegio crecerán con limitado desarrollo motriz, físico, inseguros, sin confianza e inteligencia social y emocional y no podrán participar en competencias por temor, desconocimiento y falta de oportunidades de aprender a nadar.

En el caso de la ciudad de Ibarra la natación es practicada como deporte recreativo y competitivo. Por otra parte es también empleada y ejercida en el ámbito de la enseñanza como una actividad de la Cultura Física en algunos establecimientos pedagógicos de la ciudad que cuentan con una piscina, como la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes.

En la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes se ha podido observar que el profesor de la materia de Natación no tiene experiencia en la enseñanza, por lo que no es una instrucción adecuada, no tiene los conocimientos suficientes lo que implica la pérdida del interés por parte del estudiante, realiza actividades poco interesantes, no utiliza juegos didácticos como parte de la enseñanza, esto le permitiría incrementar el conocimiento del estudiante y su interés por cada clase diaria motivando a que todos asistan sin ser obligados.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Desde el apertura de la historia el agua ha sido un elemento esencial en el medio de subsistencia y supervivencia del ser humano, el uso de los magnos espacios acuáticos para movilizarse y prosperar en los



distintos ámbitos de su vida, se ha consolidado como un factor decisivo en el desarrollo de la humanidad; tener la capacidad de moverse por sus propios medios en el agua ha sido un agente determinante y una medida importante y favorable para sobrevivir.

La impartición de clases de natación en establecimientos educativos de la zona, se limita a una enseñanza monótona afirmada en una formación técnica, teórico- práctica, conquistando que los estudiantes no se complazcan de la actividad acuática que realizan por lo que dichas clases se tornan más fastidiosas y cansadas con el pasar del tiempo; a falta de la implementación de un método de enseñanza dinámico y entretenido que se base en el manejo y ejecución de juegos recreativos aplicados en destrezas de aprendizaje de natación, alcanzando de este modo que los estudiantes se cautiven y se integren en esta disciplina, cuya finalidad primordial es una ilustración óptima y grandes resultados en técnicas y estilo de natación.

En la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes se logró visualizar la ausencia de los juegos didácticos en las clases de natación, a causa de esto el profesor no imparte una clase dinámica, llamativa e interesante peor aún participativa, contribuyendo todo estos factores a que los estudiantes disminuyan su interés en cada clase dictada, obteniendo que este no ponga iniciativa ni motivación para instruirse, algo de una alto nivel de importancia en una clase es la motivación.

Utilizando los juegos didácticos como parte de la clase permitirá que el educando tenga mayor voluntad para efectuar dichas recreaciones y otras actividades impartidas por el profesor; estos serán de carácter entretenido y amenizado durante el período de clase, mejorando la disciplina, logrando así que se cumpla el objetivo establecido cada día laborable y de esta forma se evitará una clase ordinaria muchas veces fastidiosa.

Otro aspecto es la falta de creatividad de parte del profesor a la hora de dinamizar de manera distraída la hora de clase , ya que los juegos deben concebirse como una forma óptima de trabajo divertido y acertado, considerando una estrategia de aprendizaje globalizante, incluyente, participativa e indicadora de objetivos principales que favorezcan y vigoricen la instrucción de la natación, dentro de lo cual el estudiante puede aprender a transformar la realidad y crear un mundo propio que responda a sus intereses y necesidades inmediatas, la falta de iniciativa logra que el estudiante no se llene de nuevas emociones ni que contraiga deseos de incluirse en el aprendizaje, tampoco crea experiencias nuevas, alcanzando que este pierda por completo el interés por asistir a las clases de natación, es por ello que la práctica del juego es de mucha importancia en la impartición una enseñanza dinámica y atrayente.

Por otra parte la falta de conocimiento de esta disciplina debido a no asistir a cursos de actualización o capacitaciones modernizadas por parte del profesor, hace que sus discernimientos sean básicos, cuando deberían ser avanzados y tener un amplio grado de ilustración de lo que está realizando en cada clase para obtener como resultado que el estudiante desarrolle un estilo así como una técnica correcto en el nado, además de lograr responder a cualquier duda o interrogante que se le presente de forma acertada, pero lamentablemente no es así; el estudiante no recibe una instrucción adecuada, íntegra y de calidad, por lo cual el estudiante no consigue aprender ni perfeccionar de modo auténtico la disciplina.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿De qué manera los juegos didácticos inciden en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de Octavos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014?

## **1.4 DELIMITACIÓN**

### **1.4.1 Unidades de observación.**

Para realizar el presente Trabajo de grado se consideró a los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes”.

### **1.4.2 Delimitación espacial**

El Trabajo de grado se desarrolló en la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes”.

### **1.4.3 Delimitación temporal**

El Trabajo de grado se realizó en el año lectivo 2013 - 2014.

## **1.5 OBJETIVOS**

### **1.5.1 Objetivo general**

- Determinar cómo influyen los juegos didácticos en el aprendizaje del estilo crawl de los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Diagnosticar los juegos didácticos que utilizan los docentes para el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014.
- Evaluar el nivel de ejecución de los aspectos técnicos del estilo crawl a los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014.
- Proponer un recurso didáctico para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014.

### **1.6 JUSTIFICACIÓN.**

La presente investigación propuesta se justifica por la siguiente razón: Por el valor didáctico el juego potencia el desarrollo del cuerpo y de los sentidos.

El tema de investigación se justifica por los siguientes argumentos:

Esta indagación se aplicó con el fin de perfeccionar el aprendizaje del estilo crawl que presentan los estudiantes de Octavos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra, como investigador el primordial afán es el de contribuir en el aspecto educativo en cuanto a una adecuada enseñanza de la

natación a través de una guía que suministrará varios juegos didácticos para fortalecer el conocimiento de los estudiantes en esta disciplina acuática.

La presente temática investigativa tiene la posibilidad de llevar a cabo el objetivo planteado ya que es alcanzable. Por otra parte la averiguación concuerda a un tema que va acorde y es coherente con el perfil profesional de la carrera, esto me permitió poner en práctica todos los conocimientos adquiridos durante el transcurso de mi educación superior.

El desarrollo de esta investigación es de un alto nivel de importancia ya que permitió incrementar el interés del estudiante por aprender el estilo crawl mediante juegos didácticos que serán expuestos en la guía a realizarse.

El desarrollo de esta investigación es de considerable importancia porque permitió a los estudiantes elevar su interés en la materia de natación y obtener la disciplina adecuada en cada clase, el profesor de Cultura Física ahora tendrá infinidad de juegos didácticos para la enseñanza del estilo crawl los cuáles le permitirán llegar a su objetivo propuesto.

Un punto muy importante que hay que recalcar es que esta investigación es factible ya que cuento con el imparcial apoyo y respaldo del Director de Trabajo de Grado, de los estudiantes y de las autoridades de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes”, consintiéndome que alcance continuar placenteramente con esta actividad viable propuesta, por otra parte consta de cuantiosa bibliografía que facilitó acrecentar los discernimientos y engrandecer valiosos conocimientos, gracias a información veraz y acertada obtenida de diversas fuentes como : libros, la web, videos, entre otros ; todo esto admitiéndome alcanzar los objetivos planteados, por otra lado cabe enfatizar que cuento con los recursos

humanos, materiales y económicos necesarios para dicho trabajo de investigación.

### **1.7 FACTIBILIDAD.**

Esta investigación fue factible realizar, por cuanto, a través del desarrollo de esta propuesta se solucionarán dificultades en la institución investigada. Además se puede manifestar que existe la predisposición de las autoridades y docentes para que se investigue acerca los juegos didácticos y su incidencia en el aprendizaje del estilo crawl. Por ese motivo, el objetivo de la siguiente propuesta ha sido presentar una ejemplificación de enseñanza a través del juego en las actividades acuáticas dentro del currículum escolar. Además, se describe la forma en la que se llevan a cabo los juegos que se utilizan en la clase, donde el éxito en la aplicación del modelo propuesto versa en la capacidad de intervención didáctica del educador en el desarrollo de las actividades. Con respecto a la realización de la investigación y propuesta, la parte financiera de principio a fin será cubierto por el investigador

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

##### **2.1.1 Fundamentación Psicológica**

###### **2.1.1.1 Teoría Cognitiva**

“Cada etapa del desarrollo del humano tiene sus particulares manifestaciones, pues, conforme el individuo va creciendo, se establecen nuevas habilidades y aparecen estructuras mentales originales, que son cualitativas y cuantitativamente diferentes”. (Abarca, 2007, pág. 62)

Los estudios y la teoría de Jean Piaget (famoso psicólogo suizo) sobre el desarrollo intelectual, influyeron grandemente en el conocimiento sobre el pensamiento, la inteligencia y el desarrollo moral en el niño. Aunque la formación de Piaget fue la de biólogo, es considerado un Psicólogo por sus aportes a la ciencia psicológica.

**El desarrollo psicológico que se inicia al nacer y está prevista para continuar a un ritmo ascendente, tiene como tarea fundamental lo que Piaget llama equilibración, haciendo el autor un paralelismo entre el desarrollo biológico y el psicológico. Explica ambos tienen los mecanismos propios que regulan el equilibrio. Por ejemplo, cuando no entendemos algo tratamos de darle sentido, de explicarlo con nuestras propias palabras, para no sentir el desequilibrio que nos molesta. (Abarca, 2007, pág. 62)**

Algunas necesidades como el hambre, el cansancio, la curiosidad que nos despierta un objeto que vemos, las dudas que nos surgen ante la lectura o el descubrimiento, provocan movimiento. Por esto para Piaget el aprendizaje es una acción, y debe partir de la curiosidad y de la duda. Cuando a un niño se le da todo hecho en la escuela, y el material de aprendizaje no le provoca curiosidad, y se le obliga a permanecer sentado por largo rato sin ninguna posibilidad de actividad mental, le estamos inhibiendo su capacidad de desarrollo intelectual, pues no se crean desequilibrios.

## **2.1.2 Fundamentación Pedagógica**

### **2.1.2.1 Teoría Naturalista**

“En este sentido la escuela infantil (una buena escuela infantil) es un recurso necesario para propiciar la equidad y la igualdad de oportunidades entre todos los niños, sean cuales sean sus condiciones sociales” (Zabalza, 2006, pág. 19)

**Los modelos basados en la Educación hacen opción por algún tipo de escolarización temprana de los niños. Se crean estructuras institucionales escolares o similares que unas veces están unidas a los otros niveles de escolaridad. La propia institucionalización de los dispositivos de atención a la infancia permite una actuación especializada y sistemática. (Zabalza, 2006, pág. 21)**

Los profesionales de la educación infantil se han formado para poder poner en marcha experiencias educativas que propicien el desarrollo infantil equilibrado en todas sus dimensiones (desde las capacidades motrices a las lingüísticas, desde su socialización hasta su desarrollo afectivo, desde la lógica a la sensibilidad artística). Por eso son



profesionales. No se trata tan sólo de que les guste estar con los niños pequeños, han de saber cómo se produce su desarrollo y que tipo de actuaciones pueden potenciarlo y enriquecerlo.

Aquí es aplicable la propuesta Vigotskiana de que el objetivo de la escuela es alcanzar la “zona de desarrollo próximo” ese conjunto de avances que se hacen posibles a través de la intervención de profesionales pero que no se alcanzarían si estos no actuaran.

### **2.1.3 Fundamentación Epistemológica**

#### **2.1.3.1 Teoría Constructivista**

Abordar el constructivismo supone vincularlo a la epistemología, palabra que proviene del termino griego episteme que significa conocimiento. Por mucho tiempo la epistemología ha estado en la rama de la filosofía, delimitando su estudio a fundamentos, metodología y validez de la cognición humana.

**Un intento por integrar estos criterios nos han llevado entonces a plantear que la epistemología estudia estructuras del pensamiento que contempla la lógica interna de procesos emocionales y que se traducen en modelos de concepción del mundo, siendo marco referencial para el comportamiento humano que se organizan desde tres perspectivas, la comunicación que el individuo establece con su entorno, las condiciones que se le presentan en ese entorno y su potencialidad individual para percibir esas condiciones dentro de su proceso dialectico de adaptación interna y externa. En efecto, el constructivismo como escuela de pensamiento se ha dedicado a estudiar la relación entre el conocimiento y la realidad, sustentando que la realidad se define por la construcción de significados**

**individuales provenientes de la construcción del individuo con su entorno. (Zubiria, 2004, pág. 25)**

Con la base de lo expuesto, la relación comparativa de las vertientes del constructivismo nos lleva a señalar que más allá de conceptualizar al ser humano como constructor activo de sus representaciones en el curso de su desarrollo evolutivo, como sostenía el constructivismo genético de Piaget, el constructivismo social de Vygotsky enfatizó el rol del individuo como constructor permanente de su entorno, actividades e interacciones sociales.

#### **2.1.4 Fundamentación Sociológica**

##### **2.1.4.1 Teoría Socio critica**

El estudiante deberá hacer amistad durante sus clases ya que esto le permitirá gozar y tener una mejor calidad de vida, teniendo como fruto un comportamiento pleno con la sociedad y él mismo. La educación demanda de una innovación para que tenga una real correspondencia con la historia y con las posibilidades de ampliar las opciones de gozar de una disposición de vida de manera viable. Esta transformación es posible en la disposición que se gesten nuevos tratados, entre educación-política-cultura y ciencia. Pactos que ponen de manifiesto que no se trata de darle a la educación el carácter de superioridad, sino que se requiere de un esfuerzo unificado en el que participen y relacionen los diferentes sectores de la sociedad.

**La educación, y con ella la escuela, necesita de una transformación para que tenga una real correspondencia con la historia y con las posibilidades de ampliar las opciones de gozar una calidad de vida de manera sostenible, a nivel local, regional e internacional. Esta transformación es posible en la medida en que se gesten**

**nuevos pactos, entre educación-política-cultura y ciencia. Pactos que ponen de manifiesto que no se trata de darle a la educación el carácter de curatodo o de omnipotencia, sino que se requiere de un esfuerzo mancomunado en el que participen y converjan los diferentes sectores de la sociedad. Un aspecto importantísimo a considerar en la reconstrucción de la escuela es la profunda reestructuración cultural, que da pie a otras formas de socialización ante nuevas formas de relacionarse con el conocimiento que enlazan nuevos comportamientos sociales. (ESCALANTE Barrios, y otros 2012, pag.21)**

Un aspecto significativo es la onda reorganización cultural, que genera a otras maneras de socialización ante nuevas formas de corresponderse con el discernimiento que vinculan nuevas conductas benéficas para la sociedad.

## **2.1.5 Fundamentación legal**

### **2.1.5.1 Ley del deporte, educación física y recreación.**

Según el Art. 14.- Funciones y atribuciones dice:

b) Auspiciar la masificación, detección, selección, formación, perfeccionamiento, de las y los deportistas, prioritariamente a escolares y colegiales del país, además de la preparación y participación de las y los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, así como capacitar a técnicos, entrenadores, dirigentes y todos los recursos humanos de las diferentes disciplinas deportivas.

### **2.1.5.2 De la federación deportiva nacional estudiantil**

Art. 86.- FEDENAES.- La Federación Deportiva Nacional Estudiantil planificará y dirigirá las actividades deportivas escolares y colegiales de los niveles pre-básico, básico y bachillerato, estará conformada por las federaciones deportivas provinciales estudiantiles, su principal objetivo será organizar una vez por año los festivales y juegos deportivos nacionales estudiantiles, en base de categorías que comprendan edades infantiles, pre-juveniles y juveniles dentro del ámbito recreativo, formativo y competitivo en todas las disciplinas. Participará en competencias internacionales de carácter estudiantil para lo cual seleccionará a los deportistas a través de diferentes certámenes, con el apoyo del Ministerio Sectorial.

Para su conformación y funcionamiento promoverá el trabajo de las Federaciones Deportivas Estudiantiles Provinciales, las mismas que ejecutarán las actividades anteriormente descritas en la jurisdicción de sus provincias.

### **2.1.6 El juego**

**El juego es una recreación de la vida humana, que a través del hecho de jugar a realiza transformación simbólica o imaginaria de la realidad en la que el niño elige libremente el tema, el argumento, los materiales, el contexto, los resultados, etc, para interpretar, asimilar y adaptarse más fácilmente al mundo en que vive. En palabras de Piaget, los juegos tienden a construir una amplia red de dispositivos que permiten al niño la asimilación de toda la realidad incorporándola a revivirla, dominarla o compensarla (García, 2009, pág. 11)**

### **2.1.6.1 Características del juego**

La mayoría de los investigadores recogen y resumen las características principales, que pasamos a señalar.

### **2.1.6.2 El juego es libre**

Es una actividad espontánea y autónoma, no condicionada desde el exterior. La mayoría de los juegos deben definirse por su carácter gratuito y no obligatorio.

Según Huizinga (1987) citado por (García, 2009, pág. 12) “El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí mismo y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida corriente”.

### **2.1.6.3 El juego produce placer**

**Se realiza por placer y proporciona satisfacción inmediata. Hay toda una serie de conductas asociadas al juego, como la broma, la risa, la diversión, la relación social, el hecho de ganar, etc, que son placenteras por sí mismas y se convierten en el verdadero objeto de interés del juego. El carácter gratificante del juego, convierten el deseo de jugar de las personas en una necesidad (García, 2009, pág. 12)**

“El juego tiene una función equivalente a la de los sueños o Piaget o Vygotsky, quienes coinciden, con cada uno de sus matices, en que el juego es la necesidad de satisfacer deseos inmediatos, necesidades no satisfechas” (García, 2009, pág. 12)

#### **2.1.6.4 El juego implica actividad**

“Algunas de las capacidades implícitas al hecho de jugar son explorar, moverse, pensar, decir, imitar, relacionar y comunicarse con los demás”. (García, 2009, pág. 12)

#### **2.1.6.5 El juego es algo innato y se identifica como una actividad propia de la infancia.**

“Los adultos también juegan porque el juego es algo que forma parte de la cultura, pero podríamos decir que una característica esencial de los niños es que viven y aprenden jugando. Los niños deben jugar si queremos que tengan un crecimiento sano y feliz”. (García, 2009, pág. 13)

#### **2.1.6.6 El juego tiene una finalidad intrínseca**

**Uno de los rasgos más singulares de la conducta de juego es que en el son más importantes los procesos que los fines, en otras palabras, lo importante es participar. En el juego no se basa ningún otro objetivo que el mero hecho de disfrutar de la actividad lúdica, es decir el placer del juego no se encuentra tanto en la meta o resultado final como en el proceso. (García, 2009, pág. 13)**

“El proceso del juego encierra la emoción, tensión y diversión suficientes como para hacerlo atractivo interesante para el jugador”. (García, 2009, pág. 13)

**El juego nos ayuda a crecer y a apropiarnos de todas las competencias sociales necesarias para instaurar relaciones sanas con los demás. En el juego aprendemos a correr riesgos a defendernos a negociar a experimentar y a vivir plenamente fantasía y curiosidad. Por otra parte**

**el juguete, como objeto, se puede considerar como un soporte del juego. Puede ser un objeto previsto para el juego, o convertirlo en él gracias a la imaginación del niño. (García, 2009, pág. 13)**

#### **2.1.6.7 El juego desde una perspectiva teórica**

La diversión, la alegría, la exploración de las propias posibilidades y la relación con los demás se mantienen, quienes participan en la actividad lúdica, al margen de definiciones y categorías. Lo importante para quien juega es el juego mismo. En consecuencia, desde esta perspectiva, no resulta funcional establecer una definición que permita categorizar inequívocamente una conducta como lúdica.

**Pero si pretendemos avanzar en el estudio del juego, hemos de comenzar por saber qué es lo que estamos analizando. Se hace necesario, pues a partir de este planteamiento, distinguir lo que es la actividad lúdica de lo que no lo es. Y en esta búsqueda de una delimitación conceptual del juego se han seguido dos vías, especificar sus rasgos distintivos de modo que cuantos más de estos rasgos posea una actividad, con más razón se les categorizará como lúdico, o establecer una definición más o menos inclusiva. Ambos planteamientos no son distantes y pueden ser utilizados conjuntamente. Este es el camino por lo que vamos adentrarnos, comenzaremos refiriéndonos a los rasgos que diferentes investigadores han atribuido al juego para, con prioridad, buscar una solución (Omeñaca, 2005, pág. 7)**

## **2.1.7 Rasgos propios del juego**

### **2.1.7.1 El juego es fuente de alegría, júbilo, de placer**

“La mayoría de las ocasiones va unida a vivencias de alegría, a sentimientos de placer y plenitud emocional. Es suficiente observar a las personas que participan en un juego para llegar a la conclusión de que este atributo de la actividad lúdica está lleno de sentido” (Omeñeca, 2005, pág. 7)

### **2.1.7.2 El juego constituye un fin en sí mismo**

“La actividad lúdica, representa un disfrute de medios, un recrearse en la propia actuación. Se supera, de este modo, a través del juego la visión utilitaria de la actividad humana y los planteamientos de una sociedad orientada hacia el logro de los objetivos”. (Omeñeca, 2005, pág. 7)

**Al jugar, el niño aprende y desarrolla su pensamiento, su imaginación su creatividad. El juego le provee un contexto dentro del cual puede ensayar formas de responder a las preguntas con las que se enfrenta, y también construir conocimientos nuevos. El juego lo ayuda a reelaborar sus experiencias y es un importante factor de equilibrio y dominio de sí. Al mismo tiempo, el juego le permite comunicarse y cooperar con otros y ampliar el conocimiento que tiene del mundo social. (Sarlé, 2008, pág. 20)**

Sirve para explorar, interpretar y enseñar diferentes tipos de roles sociales observados.

Contribuye a expresar y a regular las emociones.



Decimos que su teoría es constructivista porque a través del juego el niño construye su aprendizaje y su propia realidad social y cultural. Jugando con otros niños amplía su capacidad de comprender la realidad de su entorno social natural aumentando continuamente lo que Vygotsky llama "zona de desarrollo próximo"

**La "zona de desarrollo próximo" es "la distancia entre el nivel de desarrollo cognitivo real, la capacidad adquirida hasta ese momento para resolver problemas de forma independiente sin ayuda de otros, y el nivel de desarrollo potencial, o la capacidad de resolverlos con la orientación de un adulto o de otros niños más capaces". (Tripero, 2013)**

#### **2.1.8 Características del juego**

“Con el objeto de profundizar en el estudio de los juegos recogemos a continuación cuáles son sus características más significativas” (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.1 Placentero:** “El juego debe producir placer a quién lo practica y no suponer en ningún caso motivo de frustración”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.2 Natural y Motivador:** “El juego es una actividad motivadora y por consiguiente el niño la práctica de forma natural”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.3 Voluntario:** “Hay que entender el juego como una actividad libre, nunca obligada desde el exterior”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.4 Mundo Aparte:** “La práctica del juego evade de la realidad, se sale del marco de lo cotidiano, introduciendo al niño o adulto en un mundo

paralelo y de ficción y logrando satisfacciones que no se alcanzan en la vida real”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.5 Creador:** “La práctica del juego favorecerá el desarrollo de la creatividad de espontaneidad y contribuirá a favorecer un desarrollo más equilibrado”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.6 Expresivo:** “El juego es un elemento favorecedor de la exteriorización de sentimientos y comportamientos que en situaciones normales mantenemos reprimidas”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

**2.1.8.7 Socializador:** “Probablemente es una de sus principales características, en especial en las primeras edades escolares. Su práctica favorece el desarrollo de hábitos de cooperación, convivencia y trabajo en equipo”. (Sicilia, 2007, pág. 16)

## **2.1.9 El alumno que aprende las actividades acuáticas**

**Los primeros elementos a considerar son características de los niños y sus clases, entre los que destacamos los siguientes: nivel madurativo de los niños según la edad (aunque puede variar mucho en una misma edad), condiciones que han superado, nivel de habilidad acuática (orientación y ajuste acuático, entrada en el agua, control respiratorio, flotación, posición del cuerpo, movimientos de piernas y brazos.) nivel de variabilidad entre los niños de la clase y cuantos niños quieren participar. (Moreno, 2001, pág. 57)**

En el ámbito de las actividades acuáticas hay que tratar a los niños como individuos diferentes, exigiendo a cada uno el esfuerzo que sea capaz de hacer. El niño es una realidad y no un adulto pequeño. La diferenciación debe realizarse en función de la edad motriz del ritmo del movimiento, de aprendizaje y de los intereses o motivación. Hay que

respetar el desarrollo psicoevolutivo del niño, adecuando las actividades a sus capacidades para no quemar etapas.

**Debemos conseguir alumnos participativos y no pasivos. Para lograrlo debemos permitirles actuar por iniciativa propia, actuar con propias fuerzas y posibilidades dar libertad en la actividad (dentro de los márgenes de seguridad y responsabilidad que impone el medio), actuando sin coacción y sin exigencia en el rendimiento. (Moreno, 2001, pág. 58)**

Todo el proceso cerebral que se desarrolla en el niño que aprende durante un movimiento en el medio acuático se suele resumir en tres fases percepción, decisión y ejecución. En realidad este proceso es mucho más complejo, pero el esquema de las capacidades que requiere dar lugar a los tres mecanismos.

#### **2.1.9.1 Mecanismo de percepción**

**El mecanismo de percepción interviene cuando hacemos consciente un estímulo, Normalmente, sucede a nivel visual, pero cualquiera de los sentidos pueda percibir. El mecanismo perceptivo depende de varios factores: la capacidad perceptiva de cada individuo, las condiciones del entorno, tipo y nivel de estímulo, tipo de control, de la movilización de objetos o del estado inicial del sujeto objeto. (Moreno, 2001, pág. 59)**

Debemos ser capaces de analizar el mecanismo de percepción de los distintos movimientos acuáticos. Por ejemplo, en una carrera en el agua, la percepción es muy pobre por ser una tarea cerrada y habitual. Sin embargo, un pase en un partido en el agua es muy complejo por manejarse un balón, ser abierta y perceptiva. El alumno debe ser capaz, no sólo de ser consciente de sus movimientos, sino de percibir los del

compañero que percibe, y de los adversarios que pueden variar el espacio y el tiempo de la acción.

#### **2.1.9.2 Mecanismos de decisión**

Se produce tras el perceptivo. Se analizan los datos percibidos y se toma una decisión que viajará a toda la velocidad desde nuestro cerebro a los músculos a través del Sistema nervioso. Esta decisión depende de la inteligencia motriz del individuo, del número de decisiones, del número de respuestas alternativas, del tiempo que requiere, del nivel de incertidumbre, del nivel de riesgo, del orden secuencial o del número de elementos a recordar.

“En este sentido, está muy relacionado con los mecanismos perceptivos, ya que las tareas de regulación externa serán más complejas que las tareas de autorregulación”. (Moreno, 2001, pág. 59)

#### **2.1.9.3 Mecanismos de ejecución.**

**Por último, se presenta el mecanismo de ejecución que es lo que se ve, es decir, el gesto que se realiza tras el proceso cognitivo. Es por lo tanto, la ejecución de la técnica final. Depende de aspectos cuantitativos como la velocidad, la flexibilidad, la resistencia o la fuerza, y de aspectos cualitativos como la coordinación, la agilidad o el equilibrio. (Moreno, 2001, pág. 59)**

## **2.1.10 Juegos con accesorios de natación para nadadores de nivel elemental**

### **2.1.10.1 Con aros discos sumergibles**

Fuerte impulso; impulsarse fuertemente desde el borde de la piscina, sujetando un aro en el extremo de los brazos tendidos hacia adelante. Al término de este impulso, el alumno deposita el aro. ¿Quién llega más lejos?
Dos alumnos efectúan pases bajo el agua con los aros. ¿Qué grupo hará más pases en tres periodos de inmersión?
Cada alumno intenta llegar lo más de prisa posible a colocar un aro sobre el fondo y aguantarse sobre la punta del pie introducido en el aro
Cada grupo intenta llegar lo más de prisa posible a colocar su aro sobre el fondo y aguantarse sobre la punta del pie introduciendo en el aro

(Hofmann, 2008, pág. 13)

### **2.1.10.2 Con aros flotantes**

¿Salto de delfín a través del aro y sobre el agua?
Cuatro aros por grupo en el interior de una calle. El grupo debe hacer un largo nadando y pasando a través de los aros una vez por encima y otra por debajo
Intentar saltar a un aro y continuar nadando bajo el agua. Variante; Aumentar la distancia entre el aro y el borde Diferentes formas de saltos a través del aro dando un giro sobre sí mismo, encogido.
Zambullirse a través de un túnel de aros

(Hofmann, 2008, pág. 13)

### 2.1.10.3 Con pelotas de tenis de mesa

Los alumnos se agachan hasta que el agua quede al nivel de su boca. Hacen avanzar las pelotas de tenis soplando

Los alumnos se agrupan alrededor de un aro o flotador y deben intentar soplar bastante fuerte para que la pelota de ping-pong se separe de cada uno el máximo posible

Cada alumno tiene una cuchara de sopa. Pone una pelota de ping pong sobre la cuchara. Seguidamente debe intentar nadar un largo con la cuchara en la boca.

Los alumnos forman un círculo apoyándose en los brazos, con las piernas hacia el centro donde flota una pelota de ping-pong que tratan de mantener lo más lejos posible con batidas de piernas. Cada vez que un alumno toca la pelota, pierde un punto.

(Hofmann, 2008, pág. 15)

### 2.1.10.4 Con el pull-boy

Robar el pull boy; Dos equipos agrupados en un extremo de la piscina disponen de una reserva de pull boy. Hacen recorridos de ida y vuelta hasta el otro extremo yendo a buscar cada vez un pull-boys, hasta que uno de los dos equipos haya aumentado su stock en determinado número de pull-boys. Nunca se debe dificultar el recorrido de los adversarios.

Dos alumnos estiran por las piernas en el agua, hacia atrás, a uno de sus compañeros que sujeta un pull-boy en cada mano

Quien sabe transportar el pull-boy bajo el agua, hacia atrás, a uno de sus compañeros que sujeta un pull-boy en cada mano.

Los alumnos deben pasarse el pull-boy en círculos con los pies, lo más de prisa posible, Que grupo completará primero diez vueltas

(Hofmann, 2008, pág. 20)

#### **2.1.10.5 Con balón**

Precisión con el balón, Que equipo hará más pases en un minuto
Waterpolo con desventaja. Los adversarios se unen por parejas con una goma. Para marcar un punto, es necesario que el balón toque el ancho opuesto a la piscina
Un balón para dos jugadores. Cada grupo intenta efectuar el mayor número posible de pases con la cabeza.
Pasarse uno mismo el balón de un pie a una mano. Quien hará malabarismo con el balón de una mano a otra.

(Hofmann, 2008, pág. 21)

#### **2.1.10.6 Con tapices de espuma**

Buscar diferentes maneras de pasar por encima del tapiz
Que un grupo transportará más de prisa el tapiz sobre un largo de piscina. Al principio y al final del ejercicio el grupo debe estar sentado sobre el tapiz
Carrera de obstáculos. Todos los miembros del grupo deben estar siempre en contacto con el tapiz durante todo el recorrido.
Quien realizará los saltos más divertidos sobre la colchoneta flotante.

(Hofmann, 2008, pág. 23)

#### **2.1.10.7 Juegos de persecución**

Persecución en el agua. Se anuncia el cambio de perseguidor o por el contrario, se mantienen secreto (efecto sorpresa).El perseguidor también puede llevar una identificación, por ejemplo, un brazalete.
Persecución en parejas, Dos alumnos se cogen de la mano y tratan así de atrapar así de atrapar a los otros, Cuando el jugador es atrapado

ocupa el lugar del perseguidor que le ha tocado y que así queda liberado.
Persecución en estilo libre.
Persecución en imitación. Un alumno persigue a uno de sus compañeros de un borde a otro de la piscina, y debe hacer exactamente los mismos movimientos que este compañero.

(Hofmann, 2008, pág. 27)

#### 2.1.10.8 Relevos

Relevo de movimientos de piernas: mariposa, espalda crawl, espalada
Relevos de transporte. Cada grupo dispone de cierto material, aros ,pull-boy, balones
Relevos de buceo
Relevos de estilo crawl

(Hofmann, 2008, pág. 28)

#### 2.1.11 Definición estilo crawl

El estilo crawl es uno de los más rápido para avanzar en el agua y el primer estilo en la enseñanza de la natación; se debe tomar al agua como un apoyo, se deslaza utilizando el movimiento de brazos y piernas.

**Es probable que el estilo libre actual contenga la mayoría de los mismos elementos que siempre ha tenido. Entonces ¿de dónde proviene su denominación alternativa “crol australiano”? Quizá de “Crol aborigen” de cualquier manera que se le denomine, sigue siendo el medio más rápido de avanzar por el agua en cualquier distancia superior a 15 metros (NortThornton, 2007, pág. 136)**



El estilo crol es el estilo base de la natación en el que el agua es un punto de apoyo para empujar y tirar el cuerpo con ayuda de brazos y piernas además es con el cual podemos movilizarnos con más facilidad y a mayor velocidad.

**Para nadar de forma adecuada el estilo libre hay que intentar concebir el agua como un punto de apoyo o fulcro sobre el que actuar, para empujar y tirar del cuerpo, con el uso de los brazos, siendo el fulcro tanto más ventajoso cuanto más agua se consigue desplazar. Si esta visión es clara, será más sencillo sentir el contacto con el agua, el desplazamiento por la superficie y la corrección de eventuales errores. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

#### **2.1.12 Crawl lo que debe saber**

**El crol es muy popular entre los nadadores porque es más rápido que otros estilos. Esto lleva a mucha gente a pensar que es el mejor para ponerse en forma; eso no tiene por qué ser así, peor se trata de un debate que no nos ocupa ahora. También la ascensión meteórica del triatlón ha motivado a miles de corredores, ciclistas y otros atletas a mejorar su crawl y practicarlo más. (Laugghlin, 2009, pág. 132)**

A pesar de su popularidad, el crawl es el estilo más difícil para dominar. Los movimientos alternos de brazos y piernas son más difíciles de aprender que los movimientos simultáneos (como en la braza y en la mariposa), Además, la respiración lateral coordina con el movimiento de los brazos y de las piernas es la técnica más difícil de todas en la natación.

**Como ocurre en el resto de estilos, las ideas erróneas sobre esta técnica, muy extendidas, hacen aumentar su dificultad. La concepción tradicional de crawl se reduce a moverse los brazos como un molinillo, añadir una patada y respirar cuando se pueda. Casi todo el mundo lo encuentra difícil e incómodo, pero cree que si entrena muy duro nadando largas distancias desarrollara la capacidad de aguantar un poco más. (Laugghlin, 2009, pág. 132)**

El crawl se basa en conceptos completamente diferentes: el equilibrio, la hidrodinámica, un agarre paciente y la importancia de nadar con el peso del cuerpo. Pocos nadadores lo hacen así: básicamente los nadadores muy especializados y los que han aprendido con el método Inmersión Total. ¿Por qué son tan pocos? (1) Los nadadores que son capaces de dar algunas brazadas ovarios largos están ocupados nadando grandes distancias sin ninguna finalidad clara. (2) el instinto de mover los brazos como un molinillo y añadir una patada sin más es más fuerte que el instinto de mantener El equilibrio, buscar la posición más hidrodinámica y mantenerla. Nuestro objetivo es cambiar eso.

### **2.1.13 Como reducir al mínimo la resistencia al avance**

#### **2.1.13.1 Elevar la mitad inferior del cuerpo**

**La gravedad tira de sus piernas hacia abajo, mientras que los pulmones hacen subir al pecho. Cuando las piernas están hacia abajo, se crea mucha más resistencia al avance que si se mantienen horizontales. La mayoría de las personas intenta elevar las piernas intensificando la patada. Pero eso no solo no corrige el equilibrio, si no que produce fatiga e infiere con el ritmo y la rotación a rolo. (Laugghlin, 2009, pág. 132)**

En lugar de ello, considere a su cuerpo como un balancín que debe de equilibrar. (1) Mire hacia abajo. Alinear la cabeza con la columna y las caderas ayuda a compensar el peso de las piernas. (2) Mantenga brazo por delante (y por debajo) de la cabeza en todo momento, permitiendo que la mano que entra tome posición más adelantada antes de que la otra mano sobrepase la nariz. Esto también le ayudara a reducir la resistencia al avance la adoptar una posición más horizontal, además de ahórrale el gasto de energía de la patada.

#### **2.1.13.2 Perforar el agua**

**Puesto que hay que nadar atreves del agua, que es 880 veces más densa que el aire, debe aspirar a cortar el agua como un rayo láser. Más que a abrirse paso atreves de ella por medio de la fuerza. En lugar de mover frenéticamente los brazos y las piernas, se trata de alternar una posición hidrodinámica lateral, manteniendo los costados alargados desde los dedos de las manos hasta los dedos de los pies. (Laugghlin, 2009, pág. 132)**

Visualice dos líneas paralelas que se extienden hacia adelante desde los hombros y lance el brazo y el cuerpo siguiendo esa línea, esas líneas imaginarias constituirán una guía para controlar la dirección y la posición en todas las partes del estilo.

#### **2.1.13.3 Alargar la línea corporal**

**La resistencia más dura es la <<resistencia debida a las turbulencias>>, la energía que se malgasta creando olas al moverse a través del agua. Este tipo de resistencia se incrementa exponencialmente a medida que se aumenta la velocidad, y las turbulencias también se hacen cada**

**vez más grandes. La mejor manera de reducir esta resistencia y aumentar el potencial para la velocidad es alargar la línea del cuerpo. Por tanto, un cambio esencial que tendrá que llevar a cabo es sustituir el instinto de empujar el agua hacia atrás por el hábito de emplear las manos para extender la línea del cuerpo. (Laugghlin, 2009, pág. 132)**

“El proceso de extensión del cuerpo comienza antes, y al hacer una entrada limpia con la mano, de alguna manera se <<abre>> el agua para que la cabeza y los hombros sigan su camino tras las líneas imaginarias”. (Laugghlin, 2009, pág. 132)

#### **2.1.14 Cómo crear propulsión**

##### **2.1.14.1 Mantenga su posición en el agua**

“Extender el brazo por debajo de la cabeza ayuda a mantener el equilibrio, y hacer la entrada más cerca de la cabeza mejora la hidrodinámica. Otro consejo: la posición de los dedos también afecta al equilibrio de las piernas; si los dirige hacia arriba, las piernas caerán y si los dirige hacia abajo, se quedan arriba”. (Laugghlin, 2009, pág. 132)

#### **2.1.15 Nadar con el peso del cuerpo**

**En el crawl tradicional el cuerpo avanza a través del agua por medio de movimientos intensos pero poco coordinados de piernas y brazos. En el crawl, el cuerpo se alinea para deslizarse por un orificio en el agua y después se cambia la distribución del peso del cuerpo para crear una propulsión más eficaz. Mientras el lado derecho está en posición hidrodinámica siguiendo su línea imaginaria, el lado izquierdo quedara por encima de**

la superficie al realizar el rolido. (Laugghlin, 2009, pág. 132)

## **2.1.16 Fundamentos técnicos del estilo crawl**

### **2.1.16.1 Posición del cuerpo**

“El cuerpo asume en el agua la posición horizontal de cúbito prono que ofrece la menor resistencia al avance. La cabeza debe apoyarse sobre la superficie líquida, de manera que el agua llegue a las cejas.” (Tovaglieri, 2007, pág. 202).

Según Nelson Germán Canales Parrales dice: “Para alcanzar una mejor posición corporal y por lo tanto lograr una menor resistencia, hay que tener en cuenta tres conceptos: la alineación horizontal, la alineación lateral y el giro del cuerpo.”

#### **2.1.16.1.1 La alineación horizontal del cuerpo**

**Consiste en una posición lo suficientemente horizontal o plana como para que nos permita mover los pies de forma efectiva a una cierta profundidad en el agua y la resistencia que ofrece nuestro cuerpo al agua sea lo más pequeña posible. Por el contrario, si dejamos que nuestros pies y piernas se hundan demasiado, aumentará la resistencia al avance. Igualmente ocurrirá si levantamos demasiado la cabeza y los hombros. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

Observa cómo actúa la resistencia cuando nuestra posición es menos horizontal.

#### **2.1.16.1.2 La alineación lateral del cuerpo:**

**Son las fluctuaciones que hace nuestro cuerpo como consecuencia del movimiento alternativo de nuestros brazos. Cuando el nadador da una brazada con el brazo derecho su cuerpo tiende a irse hacia la izquierda y cuando lo hace con el izquierdo su cuerpo se va hacia la derecha. Si tenemos en cuenta que primero es el brazo derecho e inmediatamente después el izquierdo el efecto que se produce será un continuo zigzag lateral del cuerpo. Estas oscilaciones laterales se hacen más evidentes si observamos al nadador desde cierta altura. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

Pues bien, este "culebrear" hace que la resistencia al agua aumente de forma considerable y por lo tanto se pretende que la alineación lateral sea lo más recta posible.

Uno de los factores que puede corregir la alineación lateral del cuerpo es el giro del cuerpo y el movimiento de brazos, especialmente en la fase de recobro o recuperación.

**2.1.16.1.3 Rolido o rotación del cuerpo:** “Es el giro que se produce a través del eje longitudinal en los estilos de crol y espalda. Este movimiento facilita tanto la tracción como la recuperación de los brazos; por lo tanto es, o debería ser, una constante en el movimiento de los nadadores del crol”. (Maglisho”, 2009, pág. 148).

Algunos nadadores practican un giro insuficiente y considera que la rotación debe ser de, al menos, 45 grados sobre cada lado (a izquierda y derecha) a partir de la posición prono. Generalmente los nadadores giran más hacia el lado que respiran.

Las consecuencias de no realizar un correcto giro del cuerpo son varias:

Una mala alineación lateral con la consiguiente pérdida de velocidad ya explicada. Una inadecuada recuperación de los brazos, ya que los brazos deben girar lo suficiente para que los hombros sobresalgan del agua, hasta que la mano haya entrado en el agua.

#### **2.1.17 Errores de la posición del cuerpo**

“Los errores más comunes en esta área normalmente significan que los nadadores han hecho algo para alterar su alineación horizontal o lateral”. (Maglisho”, 2009, pág. 148).

1.- Ya se han mencionado los principales errores que causan la pérdida de la alineación horizontal hidrodinámica: tratar de realizar un batido demasiado profundo. En ambos casos, el cuerpo se inclina demasiado hacia debajo de la cabeza a los pies, haciendo que ocupe demasiado espacio en el agua y aumentando así la resistencia a su avance.

2.-La mayoría de los errores que alteran la alineación horizontal tienen que ver con la brazada y fueron presentados en la sección sobre errores de recobro y entrada. Son: 1 estirar demasiado, 2 realizar un recobro demasiado lateral y 3 empujar el agua hacia dentro durante el movimiento hacia dentro.

Estos errores hacen que los nadadores serpenteen por la piscina.

Otra manera de alterar los nadadores la alineación lateral es echando la cabeza hacia atrás cuando respiran. Esto hace que el tronco se tuerza hacia el lado cuando respiran, lo que a su vez hace que las caderas se balanceen hacia el lado opuesto. Este balanceo hacia el lado aumenta el espacio ocupado por el nadador en el agua y crea un arrastre resistivo adicional. (Maglisho", 2009, pág. 148).

#### **2.1.18 La acción de Piernas**

“Las piernas contribuyen muy poco a la propulsión. Sin embargo, su acción es vital para la realización de la técnica global ya que ayudan al nadador a mantener una buena alineación (Posición hidrodinámica) del cuerpo” (Camiña, 2011, pág. 67)

**Es un elemento de elevada importancia pues va a condicionar el equilibrio, la sustentación (flotación) y, por lo tanto, la posición hidrodinámica del cuerpo en el agua. Muchos nadadores incrementan la frecuencia de la acción de piernas al final de la prueba para mejorar la sustentación del cuerpo y disminuir así la resistencia frontal (Camiña, 2011, pág. 67)**

#### **2.1.19 Las características que pueden cumplir una buena acción de piernas en el estilo crawl son.**

Favorecer la posición hidrodinámica – estabilizadora.

Se ejecuta a través de un batido estrecho de piernas, empezándose la patada en la cadera.

La acción de piernas es el plano vertical, aunque debido a la rotación del cuerpo la acción de piernas también se ejecuta en el diagonal. La acción de piernas es alternativa, es decir, mientras una pierna asciende (la cadera se extiende) la otra desciende (la cadera se flexiona y la rodilla



se flexiona para luego extenderse) hasta alcanzar una profundidad próxima a los 30 centímetros.

Los pies nunca debe salir del agua y la patada se ejecuta con los pies ligeramente girados hacia adentro y con los tobillo extendidos.

“Debido al gesto técnico que marca el reglamento en este estilo, la acción de piernas es muy poco propulsora, así diversos estudios muestran que sólo entre el 10% y un 15% de la fuerza de desplazamiento es provocado por las piernas” (Camiña, 2011, pág. 67)

La patada se inicia en la cadera y las piernas se mueven alternativamente y continuamente arriba y abajo. Por lo general, la pierna permanece estirada durante la patada hacia arriba, se flexiona en el punto más alto de este movimiento y vuelve a estirarse al dar la patada movimiento hacia abajo. Los pies se giran levemente hacia adentro y los tobillos deben estar extendidos y los dedos de los pies deben orientarse hacia atrás y abajo. Las piernas se mueven sin mucha distancia entre ellas y llegan a profundizar en el agua aproximadamente 30 centímetros. En la patada hacia arriba los talones deben romper la superficie del agua.

#### **2.1.20 Acción de los brazos**

La mano entra en el agua parcialmente girada hacia afuera y el brazo casi extendido entra en el agua entre la línea media del cuerpo y la del hombro. A la vez que la mano comienza el movimiento hacia atrás, el hombro rota hacia adentro y el codo se flexiona paulatinamente. El codo se mantiene alto durante la primera parte del movimiento.

“La mano empuja hacia atrás, hacia afuera y hacia la cadera una vez que ha pasado la altura del hombro. La muñeca debe permanecer extendida

durante todo el movimiento, y los dedos deben estar juntos. La palma se gira hacia adentro antes del recobro”. (Laugghlin, 2009, pág. 133)

### **2.1.21 Enseñanza de la brazada**

La primera curva de la S no es propulsora y debe ejecutarse suavemente. La velocidad de la mano luego debe acelerar gradualmente a lo largo de los siguientes dos movimientos, logrando su mayor velocidad durante la tercera curva de la trayectoria en la forma de S. Los nadadores deben utilizar la palma de la mano y la parte ventral del antebrazo y del brazo como una pala, para empujar hacia atrás contra el agua, a lo largo de las últimas dos curvas de la trayectoria en forma de S. Enseñar a los nadadores a trazar esta trayectoria en forma de S a lo largo del cuerpo contribuirá mucho a ayudarles a utilizar una buena trayectoria de brazada cuando nadan a estilo libre.

**La mano y el brazo se desplazan en una trayectoria en forma de S por debajo del cuerpo. Se desplazan hacia abajo en el primer tercio de la brazada subacuática (la primera curva de la S) hasta que alcancen la posición de agarre con el codo alto. Luego se desplazan hacia atrás y hacia dentro durante el tercio medio de la brazada (la segunda curva de la S) hasta que la mano se encuentre por debajo del pecho y la línea media del cuerpo. En la última parte de la trayectoria en forma de S (la tercera curva de la S), la mano y el brazo se desplazan hacia atrás, hacia afuera y hacia arriba en dirección a la superficie. Se relaja la presión sobre el agua y empieza el recobro cuando la mano se acerca al muslo. (Maglisho, 2009, pág. 138)**

#### **2.1.21.1 Entrada**

**El primer contacto de los miembros superiores con el agua se realiza con la mano entre las prolongaciones del eje longitudinal del cuerpo y el hombro de su lado, con un movimiento de pronación de antebrazo que favorezca el dirigir los dedos hacia abajo, con un ángulo de entrada**

**de 45 grados entre la palma de la mano y la superficie del agua, así como otro ángulo cercano también a los 45 grados entre la palma de la mano y el exterior. (El lateral) (Gómez J. , 2012, pág. 21)**

Se sumergen en primer lugar los dedos índices y corazón, seguidos posteriormente por los restantes dedos, la muñeca, antebrazo y brazo (desde el hombro hasta el codo), siendo lo último el codo por encontrarse semi flexionado y no extendido totalmente.

#### **2.1.21.2 Barrido descendente**

El primer barrido en el crawl y busca la colocación adecuada de la mano para iniciar posteriormente la propulsión del barrido hacia adentro.

**Durante el barrido descendente se realiza progresivamente una supinación del antebrazo, desplazando antebrazo unos 30° respecto a la prolongación del cuerpo, llevando la palma de la mano desde su orientación inicial hacia abajo y hacia afuera a una final hacia abajo, hacia atrás (hacia los pies) y hacia adentro, para enlazarse con el barrido siguiente. (Gómez J. , 2012, pág. 21)**

#### **2.1.21.3 Barrido ascendente**

Una vez finalizado el barrido propulsivo de crawl, el anterior, se comienza una extensión del brazo desplazando la mano primero hacia atrás y hacia afuera, extendido el codo, y luego hacia arriba, girando la palma de la mano hacia el muslo para favorecer su salida con la menor resistencia posible.

#### **2.1.21.4 Recobro**

El recobro tiene la función de preparar el brazo para la siguiente brazada realizado en crawl de forma aérea tras su salida del agua, se divide en dos partes.

**Una primera hasta que la muñeca se encuentre bajo la perpendicular del codo con el agua, dirigiendo aquí el movimiento del codo con la flexión, tirando hacia arriba y hacia adelante el antebrazo y la mano, con esta última cerca del cuerpo y la superficie del agua, para evitar errores de “mano alta” (que hundirá demasiado el lado contrario del cuerpo) y de recobro lateral (hundiendo en este caso su mismo lado y dificultando el recobro en sí. (Gómez J. , 2012, pág. 24)**

En la segunda mitad la mano toma la iniciativa yendo hacia adelante y extendiéndose de nuevo el codo, buscando los dedos el agua para la entrada y la siguiente brazada.

Durante todo el recobro se busca la menor alteración de la posición del cuerpo para que el brazo contrario pueda realizar con efectividad sus barridos subacuáticos.

“El giro en el eje longitudinal (rolido) durante el nado de crawl, en torno a los 45 grados, tienen una doble misión, favorecer el recobro del brazo aéreo y la propulsión del acuático” (Gómez J. , 2012, pág. 25)

#### **2.1.22 La Respiración**

Los nadadores de competición no deberían nunca retardar la respiración (reducción del número de inspiraciones por minuto) al nadar pruebas superiores a 100mts. Deberían mantener un suministro constante de oxígeno respirando una vez durante cada ciclo de brazos. Aguantar la

respiración causará fatiga, deberían empezar a espirar el aire inmediatamente después de haberlo inhalado. Sin embargo, deben prolongar la espiración de forma que no se necesite volver a tomar aire antes de que estén preparados para empezar el siguiente ciclo. La espiración es muy lenta al principio dejando escapar por la boca, y especialmente por la nariz, solo el aire suficiente para que ayude a reducir la presión torácica.

**Esta lenta espiración continua hasta que la boca se haya cerca de la superficie para la próxima inspiración. En ese momento el aire restante deberá expulsado rápidamente preparándose para otra inspiración. La espiración debería completarse cuando la boca rompa la superficie de forma que puedan inspirar inmediatamente. (Rivera L. E.-J., 2009)**

La coordinación más común es la de respirar una vez cada ciclo completo de brazos y siempre por el mismo costado. Algunos nadadores prefieren un estilo diferente denominado "respiración alternativa" (o bilateral). (Rivera L. E.-J., 2009)

**Los movimientos de la cabeza deberían coordinarse con el rolido del cuerpo para reducir la tendencia de los nadadores de levantar la cabeza para respirar. El nadador gira su cabeza hacia la superficie a medida que el brazo del costado por el que respira está completando su barrido ascendente. Esto ocurre porque su cuerpo está rotando hacia la derecha, permitiéndole colocar su boca por encima de la superficie sin levantar la cabeza o girarla excesivamente. De hecho respirar por debajo de la superficie plana normal del agua es una cavidad creada por una ola formada delante de su cabeza. El aire debería inspirarse durante la primera mitad del recobro y la cara del nadador debería retornar al agua durante la segunda mitad del movimiento, este retorno debería**

**coordinarse con el rolido del cuerpo hacia el lado contrario. Esto volverá a colocar la cara dentro del agua y su cuerpo en la mejor alineación posible durante la fase más propulsora de dicha brazada; el barrido ascendente. (Rivera L. E.-J., 2009)**

Las inclinaciones de la cabeza están comprometidas a sistematizarse con el rolido del cuerpo para comprimir la disposición de los nadadores de elevar la cabeza para respirar. El nadador gira su cabeza hacia la superficie a medida que el brazo del costado por el que respira está completando su barrido ascendente. Esto ocurre porque su cuerpo está rotando hacia la derecha, permitiéndole colocar su boca por encima de la superficie sin levantar la cabeza o girarla excesivamente.

**“El aire debería inspirarse durante la primera mitad del recobro y la cara del nadador debería retornar al agua durante la segunda mitad del movimiento, este retorno debería coordinarse con el rolido del cuerpo hacia el lado contrario. Esto volverá a colocar la cara dentro del agua y su cuerpo en la mejor alineación posible durante la fase más propulsora de dicha brazada; el barrido ascendente”. (Rivera L. E.-J., 2009)**

### **2.1.23 Coordinación brazos y piernas**

“En este estilo puede haber: Batido de 6 tiempos; batido de 4 tiempos, batido de 2 tiempos cruzado y coordinación de brazos en ángulo, Angulo, recto u obtuso”. (Gómez J. , 2012, pág. 30)

## **2.1.24 Errores en el crawl**

### **2.1.24.1 Posición incorrecta de las manos**

Los dedos no deberán toparse a lo largo de tracción, ni mantenerse excesivamente apretados.

El pulgar si puede estar separado

Dedos muy juntos: más difícil –fuerza

Separados. Se pierde agua

#### **2.1.24.1.1 Codo bajo**

El codo se dirige hacia el fondo en el movimiento hacia adentro, cuando debería mantenerse alto.

Es un error muy importante

El codo debe ir alto en tracción para así poder contar con más superficie de apoyo en el antebrazo, logrando una propulsión más efectiva.

#### **2.1.24.1.2 Ángulo de codo incorrecto**

Los valores correctos se encuentran entre 90 y 110 grados, en la mitad de la tracción.

#### **2.1.24.1.3 Brazo cruzado o abierto**

Cuando la mano tracción demasiado cruzado o demasiado por fuera de la línea media del cuerpo, abierta en la mitad de la tracción.

#### **2.1.24.1.4 Respiración adelantada**

La inspiración no debe darse antes de sacar la mano del agua, se hará al mismo tiempo o durante la primera parte del recobro.

#### **2.1.24.1.5 Respiración retrasada**

Cuando la respiración continua en la segunda parte del recobro.

#### **2.1.24.1.6 Brazos extendidos en la entrada**

La mano será lo primero en entrar, para ello deberá meterse el brazo con una ligera flexión, no con el codo extendido.

#### **2.1.24.1.7 Brazo plano**

Se produce cuando el nadador introduce todo el brazo a la vez (plano) independiente al error anterior.

#### **2.1.24.1.8 Búsqueda de profundidad anticipada**

La mano deberá barrer abajo y hacia afuera, no sólo uno de los movimientos.

#### **2.1.24.1.9 Perdida de la horizontalidad del cuerpo.**

No se puede hundir caderas, piernas y/o mitad inferior del tronco

#### **2.1.24.1.10 Cabeza en posición incorrecta**

El agua debe estar a la altura del nacimiento del pelo, ni por encima ni por debajo.

Es más frecuente el error por llevarla levantada, rara vez por llevarla hundida.



#### **2.1.24.1.11 Pie fuera del agua**

Se produce por excesiva flexión de pierna en el inicio de la tracción acompañada de otra hiper flexión en la cadera.

La planta puede asomar, pero no salir todo el pie

#### **2.1.24.1.12 Salida de la mano alejada del muslo**

Puede darse tanto en el eje longitudinal (hacia afuera) como en el transversal (más cerca del abdomen que desde el muslo).

#### **2.1.24.1.13 Tobillo tenso**

“El tobillo ha de estar alejado durante el batido, no rígido e independiente del movimiento de piernas entre los 30 y 40 cm de profundidad” (Gómez J. , 2012, pág. 30)

### **2.2. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL**

El presente trabajo de investigación se fundamentó en la teoría constructivista ya que dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación el principal protagonista de este proceso es el estudiante. La coordinación progresiva de los movimientos corporales y operaciones que el joven automatiza e interioriza, junto con la información que le proporciona su maestro traerá como resultado la construcción de esquemas o estructuras de conocimiento, que es el propósito fundamental de este proceso educativo dentro de la enseñanza de la natación.

Estos esquemas se desplegarán sobre la base de ciertos aspectos prácticos de índole cognitiva: la asimilación y la acomodación. Desde la asimilación se unen los datos del entorno que se convertirán de acuerdo a esquemas preexistentes, y desde la acomodación se plantea la utilización

de esquemas generales a situaciones particulares, esto es, la aplicación de un esquema invariante a diversas situaciones cambiantes. Desde la acomodación el estudiante cambia sus esquemas u obtiene otros nuevos que le admitan asimilar adecuadamente realidades hechos o más complejas, gracias a estas modificaciones el educando se encuentra ya de nuevo en posición de realizar la asimilación

Los esquemas, la asimilación y la Respetando estas etapas evolutivas y apostando por un aprendizaje constructivista en las actividades acuáticas fundamentado en el análisis ecológico o situacional de aprendizaje, en el que existen tres fuentes de control.

Desde el punto de vista de la metodología, la educación en el medio acuático debería contemplar como principales variables a desarrollar las siguientes: el sujeto que aprende, el medio donde se desenvuelve y la tarea motriz acuática.

Para una educación acuática lo más agradable y, a la vez, efectiva, defendemos la utilización de métodos activos de enseñanza en los que con una participación directa por parte de los aprendices y la utilización de una práctica variable y abundante, se conseguirá un óptimo desarrollo de la persona.

Atendiendo a este planteamiento, la función del educador (técnico acuático) es la de crear un problema ambiental, es decir, el técnico presenta un juego con unas reglas básicas y un objetivo a conseguir y en la consecución del objetivo surgirán problemas motrices a resolver, siendo el niño el que debe buscar la solución a ese problema, aunque el educador le ayude o guíe hacia su búsqueda.

El docente de Cultura física en este nivel educativo debe dominar variedad de juegos didácticos, cuyo objetivo es a través de estos el joven

asimile los aspectos técnicos de la natación, también al joven se le debe dar la oportunidad de que cree nuevos juegos y así aprenda mediante estos juegos, las técnicas básicas de la natación

## **2.3. GLOSARIO DE TÉRMINOS**

**2.3.1 Aprendizaje:** Habilidad adquirida que modifica de manera permanente las posibilidades del ser.

**2.3.2 Aprendizaje Significativo:** Reorganización cognitiva del sujeto y de su actividad interna.

**2.3. 3 Aptitud:** Habilidad natural para adquirir ciertos conocimientos.

**2.3.4 Aprendizaje Motor:** En el mundo del deporte básicamente se refieren al proceso por el cual un niño o una niña aprenden una nueva técnica deportiva.

**2.3.5 Agilidad:** Es la cualidad física que permite, cambios de dirección rápida y en una forma eficiente.

**2.3.6 Braza:** Estilo de natación en que los hombres se mantienen a nivel de la superficie del agua, los brazos se mueven de adelante atrás mientras las piernas se encojen y estiran.

**2.3.7 Capacidad.-** Disposición aptitud o suficiencia para algo.

**2.3.8 Capacidades coordinativas:** Son aquellas que disponen un conjunto de cosas o acciones de forma ordenada, con adecuadas tareas motrices en vista a un objetivo común.

**2.3.9 Capacidades Motrices:** Son las condiciones necesarias para el desarrollo de las habilidades motrices que se necesitan en las técnicas deportivas.

**2.3.10 Coordinación:** Cualidad de sinergia que permite combinar la acción de diversos grupos musculares para la realización de una serie de movimientos con un máximo de eficiencia y economía.

**2.3.11 Crol:** Estilo de natación que consiste en mover los brazos alternativamente hacia adelante, sacando del agua e introduciendo de nuevo, mientras se bate sin parar las piernas.

**2.3.12 Deporte.-** Actividad o ejercicio físico sujeto a unas normas en el que se pone a prueba la habilidad o la fuerza física.

**2.3.13 Ejercicios:** Los ejercicios son un acto motor repetido sistemáticamente que influyen en diverso grado en la formación del rendimiento deportivo.

**2.3.14 Espirar.-** Expulsar el aire de los pulmones.

**2.3.15 Flexibilidad:** La capacidad de realizar los movimientos articulares con gran amplitud.

**2.3.16 Fuerza:** Tensión que un músculo o grupo muscular puede efectuar contra una resistencia.

**2.3.17 Habilidad.-** Capacidad de una persona para hacer una cosa bien y fácilmente.

**2.3.18 Inspirar.-** Atraer el aire exterior e introducirlo en los pulmones.

**2.3.19 Orientación:** Es la capacidad en la que la percepción posibilita la orientación y la realización de movimientos en tiempo y en el espacio.

**2.3.20 Preparación Física:** Proceso de desarrollo de las capacidades físicas que responden a las necesidades específicas del deporte concreto elegido para la especialización.

**2.3.21 Propulsión.-** Acción que consiste en aplicar la fuerza suficiente a una cosa para que se mueva.

**2.3.22 Resistencia:** La capacidad de mantener una actividad física durante largos periodos.

**2.3.23 Tarea Motriz:** Toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución exitosa de un acto deseado.

**2.3.24 Técnica:** La técnica se define como la ejecución de movimientos estructurales que obedecen a una serie de patrones tempo-espaciales modelos, que garantizan la eficiencia

**2.3.25 Test:** Una prueba determinada que permite la medida en un individuo, de una característica precisa, comparándola a los resultados obtenidos por otras personas.

## **2.4. INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN**

- ¿Qué tipo de juegos didácticos utilizan los docentes para el aprendizaje del estilo crawl en los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?
- ¿Cómo evaluar los aspectos técnicos del estilo crawl a los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?
- ¿De qué manera utilizar el recurso didáctico de juegos didácticos para el aprendizaje del estilo crawl en los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?

## 2.5 MATRIZ CATEGORIAL

Concepto	Categorías	Dimensión	Indicador
<p>Un juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa.</p>	JUEGOS	Juegos con implementos	<p>Con aros discos sumergibles</p> <p>Con aros flotantes</p> <p>Con pelotas de tenis de mesa</p> <p>Con el pull-boy</p> <p>Con balón</p> <p>Con tapices de espuma</p> <p>Juegos de persecución</p> <p>Relevos</p>
<p>El estilo crol (del inglés crawl) se realiza con un brazo que se mueve en el aire con la palma hacia abajo para ingresar en el agua y el codo relajado, mientras que el otro brazo se desplaza bajo el agua. Las piernas dan patadas en un movimiento alternativo.</p>	ESTILO CRAWL	Ejercicios dentro del agua	<p>Posición del cuerpo</p> <p>Patada</p> <p>Brazada</p> <p>Respiración</p> <p>Coordinación</p> <p>Movimiento Completo</p>

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

El trabajo de investigación se enmarca en algunos criterios de clasificación, debido a su naturaleza es de carácter cualitativo, porque se inició con la recolección de la información específicamente en la etapa de diagnóstico del fenómeno, estudio y análisis de la situación, dentro de una estructura y formato de investigación.

##### **3.1.1 Investigación de Campo**

Se utilizó la investigación de campo porque se realizó en el propio sitio de la investigación en la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra, donde se recopiló datos y aportes que ayudaron al trabajo investigativo.

##### **3.1.2 Investigación Documental**

Se utilizó la investigación bibliográfica porque se manejó documentos, bibliografías, consultas realizadas en textos, libros, revistas, folletos, archivos, internet, correo electrónico entre otros; los mismos que ayudaron a plantear y fundamentar el trabajo investigativo.

##### **3.1.3 Investigación Descriptiva**

Este tipo de investigación se utilizó para descubrir cada uno de los pasos del problema de investigación en este caso “El juego como medio



didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

#### **3.1.4 Investigación Propositiva**

Sirvió para plantear una alternativa de solución luego de conocer los resultados, en este caso “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### **3.2 MÉTODOS**

#### **3.2.1 Método Científico:**

Este método sirvió para desarrollar cada una de las etapas del proceso de investigación desde el problema de investigación hasta la propuesta que es la solución al problema planteado acerca del estudio “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

#### **3.2.2 Método Inductivo**

Se utilizó este método para determinar por medio de la observación, los diferentes problemas tanto internos, como externos del estudio “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### **3.2.3 Método Deductivo**

Se utilizó este método para seleccionar el problema de investigación, del estudio “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### **3.2.4 Método Analítico**

A través del análisis permitió al investigador conocer la realidad que sirvió para estudiar la situación actual del estudio “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### **3.2.5 Método Sintético**

Se utilizó para redactar las conclusiones y recomendaciones acerca de la “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### **3.2.6 Método Estadístico**

Se utilizó un conjunto de técnicas para recolectar, presentar, analizar e interpretar los datos y finalmente graficar mediante cuadros y diagramas circulares acerca del estudio “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de

educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

### 3.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

**3.3.1 Encuesta.-** Se realizó una encuesta a los profesores de Educación Física de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra para obtener información de aspectos importantes de la utilización de juegos didácticos en la práctica de la natación.

**3.3.2 Ficha de Observación.-** Se realizó esta ficha de observación para conocer los aspectos técnicos del estilo crawl que tienen los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra.

### 3.4 POBLACIÓN

CURSO	# ALUMNOS	# PROFESOR
Octavo “A”	40	
Octavo “B”	40	
Octavo “C”	40	
Octavo “D”	40	
Octavo “E”	40	
TOTAL	200	6

### 3.5 MUESTRA

$$n = \frac{PQ \cdot N}{(N - 1) \frac{\epsilon^2}{K^2} + PQ}$$

$$n = \frac{0.25 \times 200}{(200 - 1) \frac{0.08^2}{2^2} + 0.25}$$

$$n = \frac{50}{(199) \frac{0.0064}{4} + 0.25}$$

$$n = \frac{50}{0.6484}$$

$$n = 71$$

### Constante Muestral

$$m = \frac{n}{N}$$

$$m = \frac{71}{200}$$

$$m = 0.36$$

<b>CURSO</b>	<b># ALUMNOS</b>	<b># ALUMNOS A INVESTIGAR</b>
<b>Octavo “A”</b>	<b>40</b>	<b>14</b>
<b>Octavo “B”</b>	<b>40</b>	<b>14</b>
<b>Octavo “C”</b>	<b>40</b>	<b>14</b>
<b>Octavo “D”</b>	<b>40</b>	<b>14</b>
<b>Octavo “E”</b>	<b>40</b>	<b>15</b>
<b>TOTAL</b>	<b>200</b>	<b>71</b>

## **CAPÍTULO IV**

### **4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.**

Se aplicó una encuesta a los docentes de los Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”.

Los resultados fueron organizados, tabulados, para luego ser procesados en, gráficos circulares, con sus respectivas frecuencias y porcentajes de acuerdo a los ítems formulados en el cuestionario.

Las respuestas proporcionadas por las docentes de la Institución motivo de la investigación se organizaron como a continuación se detalla.

- Formulación de la pregunta.
- Cuadro y Gráfico, análisis e interpretación de resultados en función de la información teórica, de campo y posicionamiento del investigador.

#### 4.1.1 Análisis descriptivo e individual de cada pregunta de la encuesta aplicada a los docentes.

##### Pregunta N° 1

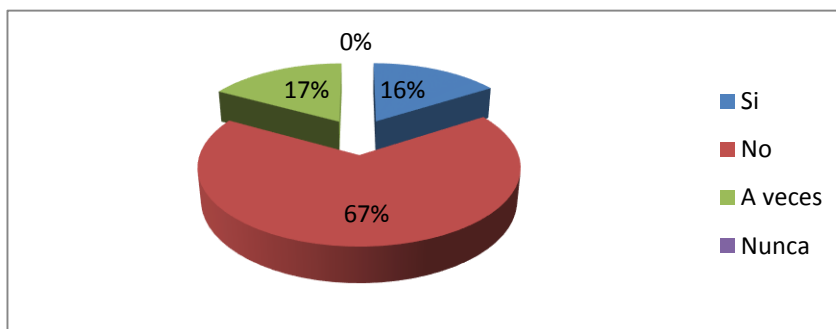
¿Utiliza para las clases de Natación juegos didácticos con implementos para la enseñanza del estilo crawl?

**Cuadro N° 1 Juegos didácticos**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	16, %
No	4	67, %
A veces	1	17, %
Nunca	0	0, %
TOTAL	6	100, %

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 1 Juegos didácticos**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que más de la mitad indican que no utilizan para las clases de Natación juegos didácticos con implementos para la enseñanza del estilo crawl y en menor porcentaje está la alternativa si y a veces. Al respecto se manifiesta que el docente en estos niveles debe utilizar gran variedad de juegos didácticos

## Pregunta N° 2

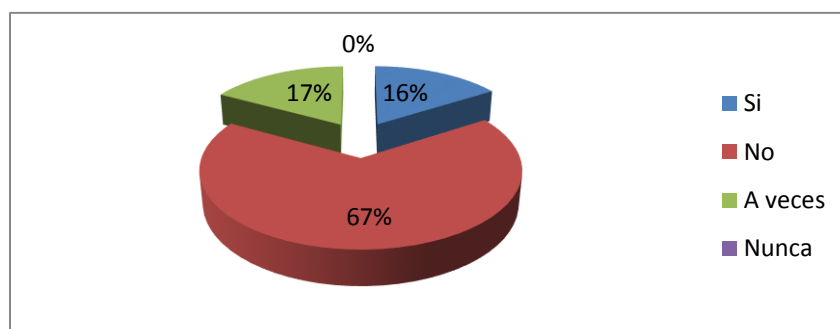
¿Realiza en las clases de natación juegos didácticos recreativos?

**Cuadro N° 2 Juegos didácticos recreativos**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	16,%
No	4	67,%
A veces	1	17,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 2 Juegos didácticos recreativos**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que más de la mitad indican que no realiza en las clases de natación juegos didácticos recreativos y en menor porcentaje está la alternativa si y a veces. Al respecto se manifiesta que el docente en estos niveles debe utilizar gran variedad de juegos recreativos, ya que el estudiante de aprender las fases de la natación jugando.



### Pregunta N° 3

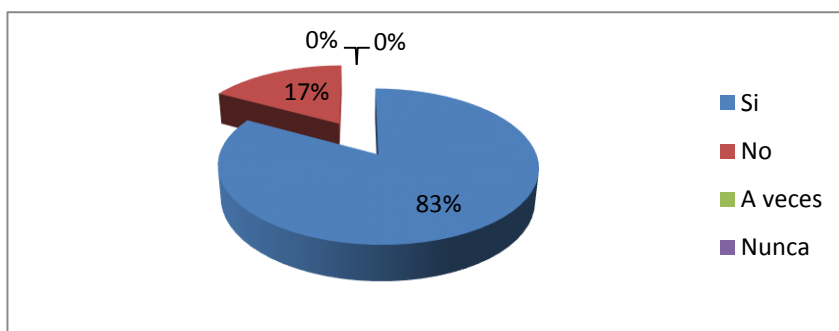
¿Cree usted que utilizar juegos didácticos ayudará a mejorar su clase?

**Cuadro N° 3 Juegos didácticos**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	5	83,%
No	1	17,%
A veces	0	0,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 3 Juegos didácticos**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que cerca la totalidad indican que si los juegos didácticos ayudarán a mejorar su clase y en menor porcentaje está la alternativa no. Al respecto se manifiesta que el docente para enseñar la natación debe dominar variedad de juegos, estos son recursos didácticos que ayudan a mejorar su aprendizaje.

#### Pregunta N° 4

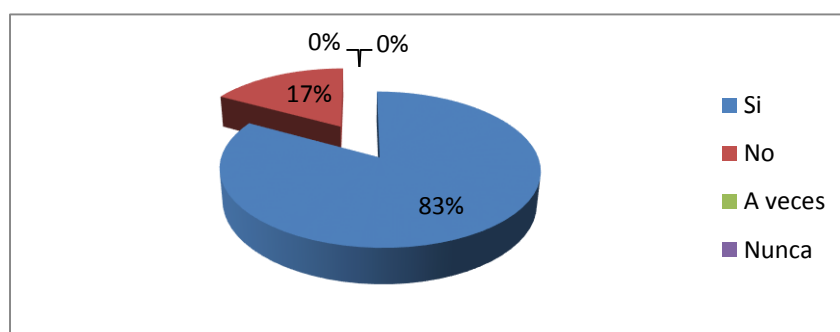
¿Cree usted que el estudiante aprenderá mejor utilizando juegos didácticos?

**Cuadro N° 4** estudiante aprenderá mejor

Alternativa	Frecuencia	%
Si	5	83,%
No	1	17,%
A veces	0	0,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 4** estudiante aprenderá mejor



Autor: Viteri Benavides Xavier

#### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que cerca la totalidad indican que si los estudiantes aprenderán mejor utilizando juegos didácticos y en menor porcentaje está la alternativa no. Al respecto se manifiesta que el estudiante aprenderá mejor el estilo crawl, si el profesor realiza juegos para cada fase del estilo.

### Pregunta N° 5

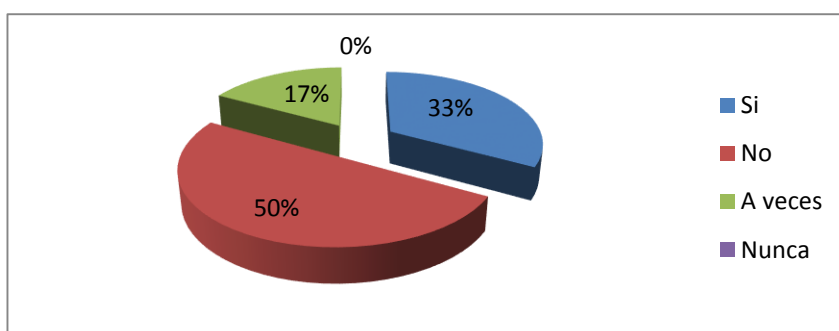
**¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la posición del cuerpo?**

**Cuadro N° 5 Posición del cuerpo**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	33,%
No	3	50,%
A veces	1	17,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 5 Posición del cuerpo**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que la mitad indican que no realizan juegos didácticos para la enseñanza de la posición del cuerpo y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos para aprender cada una de las fases.

### Pregunta N° 6

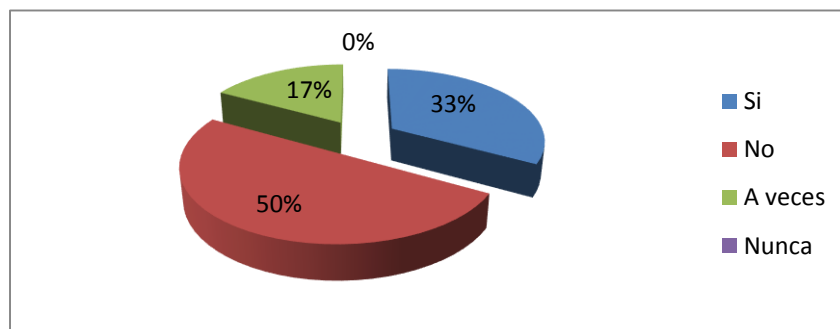
¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la patada estilo crawl?

**Cuadro N° 6 Patada estilo crawl**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	33,%
No	3	50,%
A veces	1	17,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 6 Patada estilo crawl**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que la mitad indican que no realizan juegos didácticos para la enseñanza de la patada estilo crawl y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos para aprender cada una de las fases.

### Pregunta N° 7

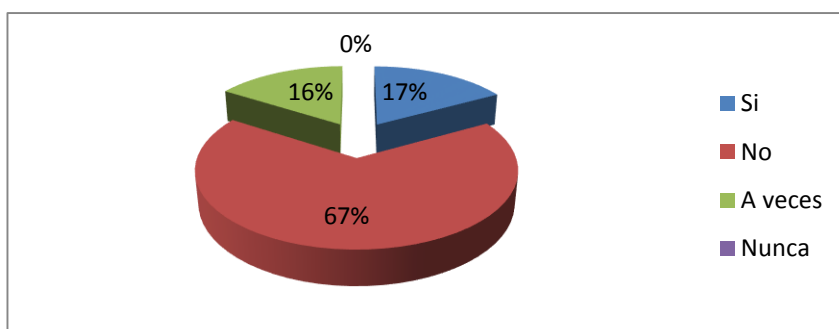
**¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la brazada estilo crawl?**

**Cuadro N° 7 Brazada estilo crawl**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	17,%
No	4	67,%
A veces	1	16,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 7 Brazada estilo crawl**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que más de la mitad indican que no realizan juegos didácticos para la enseñanza de la brazada estilo crawl juegos didácticos para la enseñanza de la patada estilo crawl y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos didácticos para aprender cada una de las fases.

### Pregunta N° 8

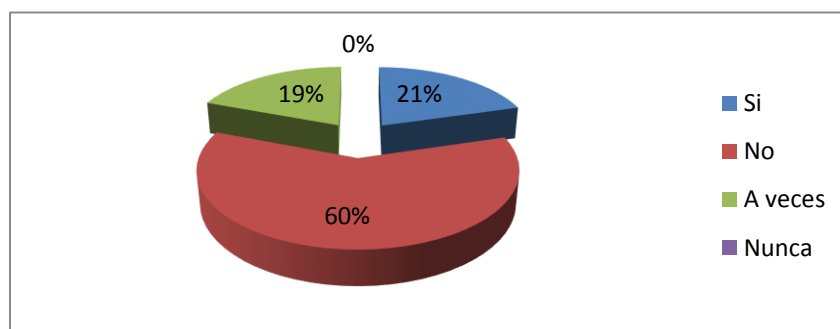
¿Para la enseñanza de la respiración utiliza algún juego didáctico?

**Cuadro N° 8 Enseñanza de la respiración**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	21, %
No	4	60, %
A veces	1	19, %
Nunca	0	0, %
TOTAL	6	100, %

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 8 Enseñanza de la respiración**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que la más mitad indican que para la enseñanza de la respiración no utiliza algún juego didáctico y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos didácticos para aprender cada una de las fases.

### Pregunta N° 9

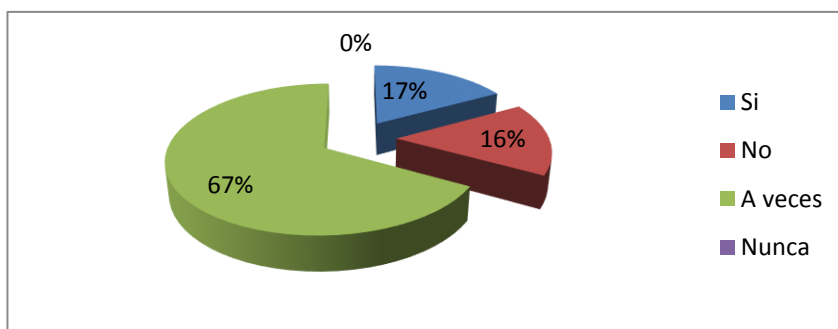
¿Realiza juegos didácticos para la ejecución del movimiento completo?

**Cuadro N° 9 Movimiento completo**

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	17,%
No	1	16,%
A veces	4	67,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	6	100,%

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 9 Movimiento completo**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que más de la mitad indican que a veces realiza juegos didácticos para la ejecución del movimiento completo y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos didácticos para aprender cada una de las fases.

### Pregunta N° 10

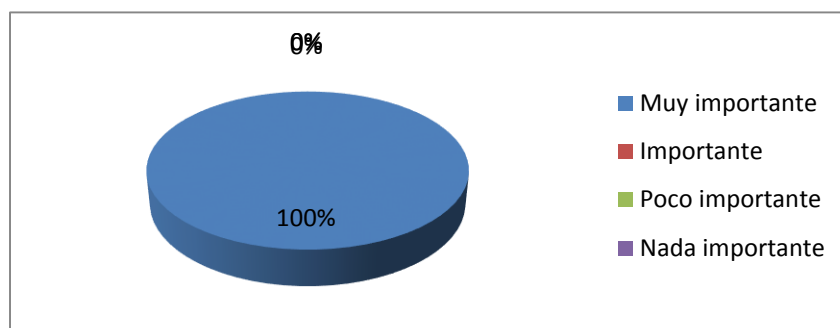
**¿Considera importante que el investigador elabore una Guía didáctica de juegos para la enseñanza del estilo crawl?**

**Cuadro N° 10 Guía didáctica**

Alternativa	Frecuencia	%
Muy importante	6	100, %
Importante	0	0, %
Poco importante	0	0, %
Nada importante	0	0, %
TOTAL	6	100, %

Fuente: Encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes

**Gráfico N° 10 Guía didáctica**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar la encuesta a los docentes de Educación Física, se evidencio que la totalidad indican que consideran importante que el investigador elabore una Guía didáctica de juegos para la enseñanza del estilo crawl



#### 4.1.2 Análisis descriptivo e individual de cada pregunta de la Ficha de Observación aplicada a los estudiantes del Octavo Año

##### Observación N° 1

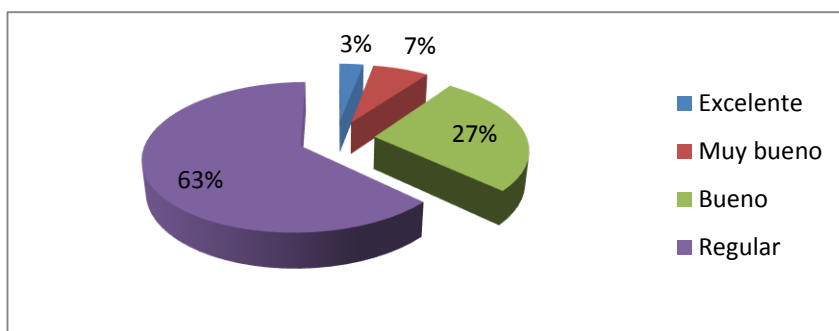
##### ¿Posición del cuerpo?

##### Cuadro N° 11 Posición del cuerpo

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	2	3, %
Muy bueno	5	7, %
Bueno	19	27, %
Regular	45	63, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

##### Gráfico N° 11 Posición del cuerpo



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, la Posición del cuerpo, la tienen inclinada y con respecto a la valoración que se les dio, es de regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta deficiencia que no permite el avance del cuerpo en el agua.

## Observación N° 2

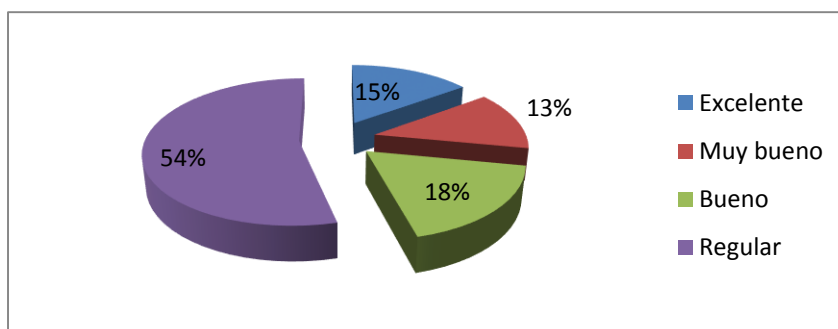
¿Amplitud de patada estilo crawl es?

**Cuadro N° 12 Crawl amplitud de patada**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	11	15,%
Muy bueno	9	13,%
Bueno	13	18,%
Regular	38	54,%
TOTAL	71	100,%

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 12 Crawl amplitud de patada**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, la amplitud de patada estilo crawl es de regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta la técnica de patada de manera permanente.

### Observación N° 3

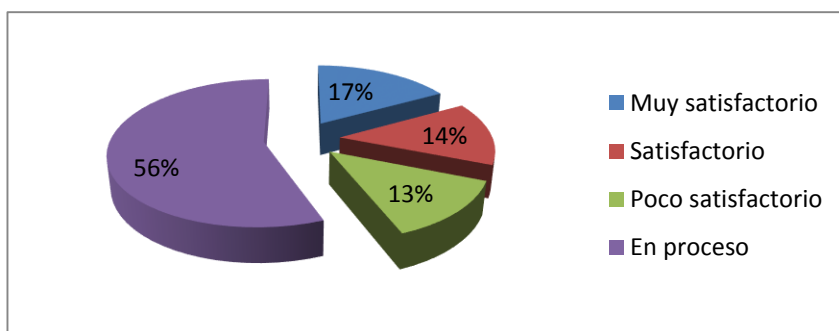
¿La articulación del pie está aflojada?

**Cuadro N° 13 La articulación del pie está aflojada**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	12	17, %
Muy bueno	10	14, %
Bueno	9	13, %
Regular	40	56, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 13 La articulación del pie está aflojada**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes la articulación del pie está aflojada la ejecutan de manera regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir que la articulación este bien relajado.

#### Observación N° 4

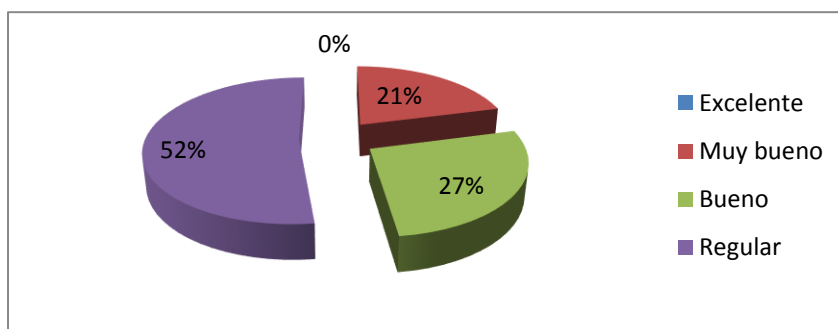
¿Las puntas de los pies están hacia adentro?

**Cuadro N° 14 Las puntas de los pies están hacia adentro**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	0	0, %
Muy bueno	15	21, %
Bueno	19	27, %
Regular	37	52, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 14 Las puntas de los pies están hacia adentro**



Autor: Viteri Benavides Xavier

#### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, las puntas de los pies están hacia adentro la ejecutan de manera regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta técnica.

## Observación N° 5

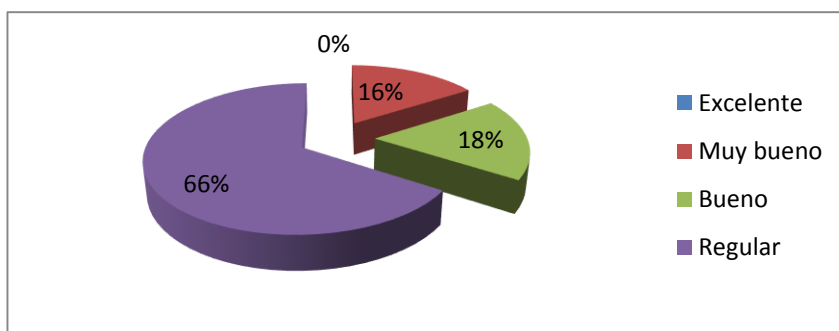
¿La recuperación de la brazada cuando realiza el estilo crawl es?

**Cuadro N° 16 La recuperación de la brazada**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	0	0, %
Muy bueno	11	16, %
Bueno	13	18, %
Regular	47	66, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 16 La recuperación de la brazada**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, la recuperación de la brazada cuando realiza el estilo crawl es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta técnica, todas las fases de la brazada.

## Observación N° 6

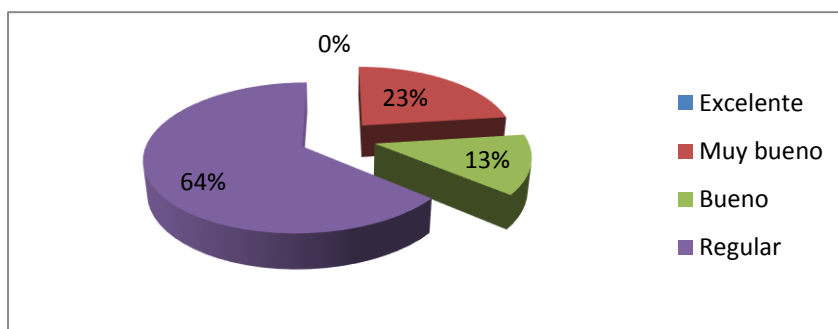
¿La fase tirón empuje de la brazada cuando realiza el estilo crawl es?

**Cuadro N° 16 La fase tirón empuje**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	0	0, %
Muy bueno	16	23, %
Bueno	9	13, %
Regular	46	64, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 16 La fase tirón empuje**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, la fase tirón empuje de la brazada cuando realiza el estilo crawl es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta técnica, todas las fases de la brazada.

## Observación N° 7

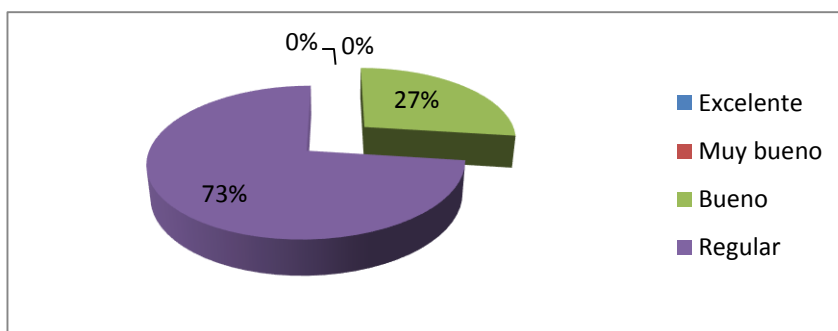
¿El movimiento completo del estilo crawl lo realiza?

**Cuadro N° 17 El movimiento completo**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	0	0, %
Muy bueno	0	0, %
Bueno	19	27, %
Regular	52	73, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 17 El movimiento completo**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, el movimiento completo del estilo crawl lo realiza lo realizan de manera regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben corregir esta técnica, todas las fases de la brazada.

## Observación N° 8

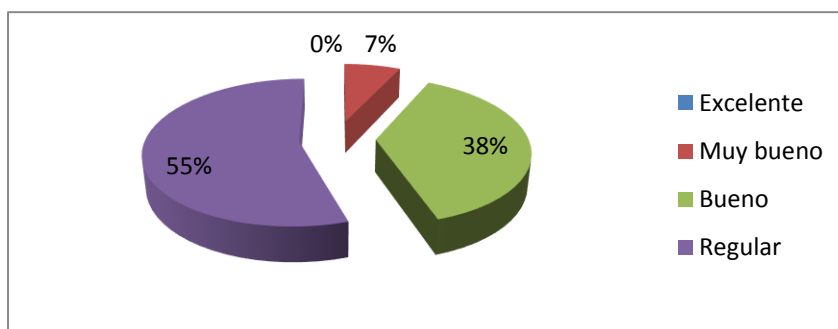
¿La respiración cuando realiza el estilo crawl es?

**Cuadro N° 18 La respiración**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	0	0, %
Muy bueno	5	7, %
Bueno	27	38, %
Regular	39	55, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 18 La respiración**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, que la respiración cuando realiza el estilo crawl es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben enseñar la respiración pero de manera rítmica, para que el estudiante pueda nadar con facilidad.



## Observación N° 9

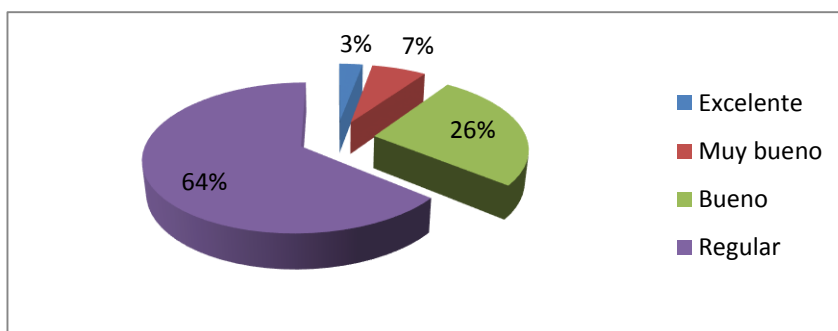
¿El estilo personal del estudiante cuando nada el crawl es?

**Cuadro N° 19 El estilo personal**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	2	3, %
Muy bueno	5	7, %
Bueno	19	26, %
Regular	47	64, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 19 El estilo personal**



Autor: Viteri Benavides Xavier

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidenció que más de la mitad de los estudiantes, que el estilo personal del estudiante cuando nada el crawl es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben enseñar a nadar de manera adecuada, para que el estudiante pueda nadar con facilidad.

### Observación N° 10

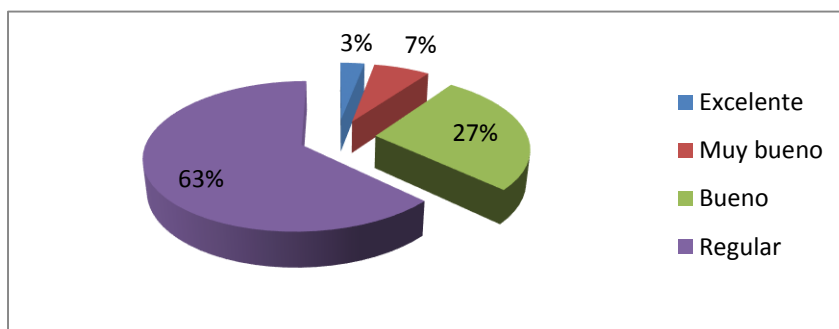
**¿Cuando el estudiante está aprendiendo el estilo crawl crea nuevas formas de movimiento?**

**Cuadro N° 20 Nuevas formas de movimiento**

Alternativa	Frecuencia	%
Excelente	2	3, %
Muy bueno	5	7, %
Bueno	19	27, %
Regular	45	63, %
TOTAL	71	100, %

Fuente: Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de Octavo Año

**Gráfico N° 20 Nuevas formas de movimiento**



Autor: Viteri Benavides Xavier

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos, luego de aplicar una ficha de observación, se evidencio que más de la mitad de los estudiantes, cuando esta aprendiendo el estilo crawl crea nuevas formas de movimiento es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los estudiantes deben crear nuevas formas de movimiento.

### **4.1.3 CONTESTACIÓN A LAS PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

#### **PREGUNTA N° 1**

**¿Qué tipo de juegos didácticos utilizan los docentes para el aprendizaje del estilo crawl en los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?**

Luego de aplicar la encuesta a los docentes se ha detectado, que no aplican variedad de juegos didácticos, para la enseñanza de las diferentes fases y técnicas de natación. Al respecto se puede manifestar que el juego es un medio didáctico que ayuda a comprender aprender mejor el estilo personal (crawl)

#### **PREGUNTA N° 2**

**¿Cómo evaluar los aspectos técnicos del estilo crawl a los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?**

Se ha considerado que más de la mitad de los estudiantes, que el estilo personal del estudiante cuando nada el crawl es regular y en menor porcentaje está la alternativa Excelente, Muy buena y Buena. Al respecto se manifiesta que los docentes deben enseñar a nadar de manera adecuada, para que el estudiante pueda nadar con facilidad.

## **CAPÍTULO V**

### **5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones.**

- Se ha detectado que más de la mitad indican que no utilizan para las clases de Natación juegos didácticos con implementos para la enseñanza del estilo crawl y en menor porcentaje está la alternativa si y a veces. Al respecto se manifiesta que el docente en estos niveles debe utilizar gran variedad de juegos didácticos.
- Se ha evidenciado que más de la mitad indican que no realiza en las clases de natación juegos didácticos recreativos y en menor porcentaje está la alternativa si y a veces. Al respecto se manifiesta que el docente en estos niveles debe utilizar gran variedad de juegos recreativos, ya que el estudiante debe aprender las fases de la natación jugando.
- Se ha evidenciado que la mitad indican que no realizan juegos didácticos para la enseñanza de las fases del estilo crawl y en menor porcentaje está la alternativa sí y a veces. Al respecto se manifiesta que los docentes deben utilizar variedad de juegos para aprender cada una de las fases.
- Se detectado que la totalidad indican que consideran importante que el investigador elabore una Guía didáctica de juegos para la enseñanza del estilo crawl.

## **5.2 Recomendaciones.**

- Se sugiere que el docente en estos niveles educativos deben utilizar gran variedad de juegos didácticos, para la enseñanza de las diferentes fases de la natación.
- Se recomienda al docente en este nivel educativo emplear una gran variedad de juegos recreativos, para socializar, dinamizar y ejecutar una clase participativa, incluyente, placentera y de interés, ya que el estudiante debe ejercitar las fases de la natación jugando, esto le proporcionará iniciativa y motivación en su proceso de aprendizaje.
- Se sugiere a los docentes deben utilizar variedad de juegos didácticos, con la finalidad de que los estudiantes aprendan a nadar de manera alegre y con una aceptable técnica del estilo personal de natación.
- Se recomienda a los docentes de Cultura Física de los octavos años, utilizar la Guía de juegos didácticos para la enseñanza del estilo crawl de forma divertida.

## **CAPÍTULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA**

#### **6.1. TÍTULO.**

**GUÍA DE JUEGOS DIDÁCTICOS PARA QUE APRENDAN EL ESTILO CRAWL DE MANERA ADECUADA LOS ESTUDIANTES DE LOS OCTAVOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SÁNCHEZ Y CIFUENTES” DE LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2013 – 2014**

#### **6.2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

De acuerdo a los resultados obtenidos, se evidencio que los docentes de cultura física no utilizan variedad de juegos didácticos para la enseñanza de las fases de la ambientación y principalmente el estilo crawl, motivo de la presente investigación. Si bien es cierto se manifiesta que el juego didáctico es una estrategia que ayuda al docente a llegar con mucha facilidad y el aprendizaje de las fases de la natación, Los juegos desde algunas décadas atrás han fortalecido el aprendizaje de los jóvenes.

El juego didáctico utilizado en la disciplina de natación es una estrategia metodológica efectiva para ser manejada con adolescentes. Puede fomentar el aprendizaje al provocar experiencias agradables, compensar las necesidades de autonomía en los educandos y desarrollar habilidades cognitivas a través del juego didáctico como estrategia

principal que ayude al aprendizaje y en la toma de decisiones en su vida diaria.

El papel del docente durante las sesiones de natación también consiste en la cabida que tenga de ayudar y aumentar la motivación en los estudiantes, es por ello que al joven se le debe dar cantidad de juegos para que aprendan los diferentes contenidos de la natación de manera significativa.

## **6.3 FUNDAMENTACIÓN**

### **6.3.1 Precauciones y Seguridad**

La proximidad y cercanía al agua siempre presenta riesgos potenciales y, por esta razón, las precauciones sobre seguridad no deben darse nunca por sabidas. Aunque algunas de estas cosas parezcan obvias, hay que recordar que los accidentes ocurren incluso en piscinas cubiertas y a veces con el resultado de mala supervisión o de un error al seguir las normas. (Noble, 2011, pág. 11)

Por tanto, es importante asegurarse de que ciertas reglas de seguridad han sido perfectamente extendidas por todos y que siguen durante toda la clase. Se recomienda que se hagan saber un mínimo de normas como:

No se debe correr en la piscina, puede causar heridas personales y también a otros.

Nadie debe meterse al agua hasta que no se le haya dado permiso para ello.

Antes de saltar y de hacer entradas, hay que asegurarse de que no hay nadie en la superficie o debajo de nosotros.

No se permiten juegos como aguadillas, empujones en el agua o fuera de ella.

Se debe obedecer a la señal del socorrista o de la persona encargada de la piscina dado con intención de que se abandone la actividad que se está haciendo o bien para llamar la atención por algo en concreto.

### **6.3.2 Organización**

#### **6.3.2.1 Cuándo jugar**

El uso del juego durante la clase de natación tiene que tener su origen en el profesor, y ha de estar en concordancia con las actividades previas y con el objetivo de la sesión. Aunque no existe un momento previamente establecido de cuándo debe incluirse el juego, le ofrecemos algunas posibilidades. (Noble, 2011, pág. 14)

Cuando los alumnos se introduzcan en el agua durante sus primeras clases.

Como calentamiento o actividad de introducción en cualquier sesión

Como actividad de contraste o recreo durante una sesión de entrenamiento.

Como actividad de grupo en una sesión programada

Como una actividad para terminar o concluir una sesión

Para completar otros juegos ya previstos en la sesión

### **6.3.3 Elección de Actividades**

Durante las primeras fases de la enseñanza, las actividades deben tener como objetivo desarrollar la sensación del agua rodeando todo el cuerpo y la distinción de la precisión que se ejerce contra el agua rodeando todo el cuerpo y la distinción de la presión que se ejerce contra el agua con los



miembros del cuerpo, no solo para equilibrarse, sino para moverse.  
(Noble, 2011, pág. 14)

**Tan pronto como sea posible, los alumnos, consecuentes con la importancia de las actividades que realizan, deberán permitir que el agua les llegue por lo menos hasta el pecho y preferiblemente por encima de los hombros .Por otra parte, existe la relación con el desarrollo de la natación, el cual tiene lugar a través del agua y no por encima de ella. Estos fundamentos se han de tener siempre en mente a la hora de seleccionar un juego o actividad, el cual debe tener alguna relación con las habilidades de la natación. (Noble, 2011, pág. 14)**

Siempre que sea posible, hay que procurar que las actividades elegidas estén en concordancia con la sesión programada. Considerar los aspectos fundamentales de la natación como son el equilibrio, la flotación, la propulsión y la respiración; variar las actividades tanto dentro de la misma sesión como de un clase a otra.

Controlar el tiempo que se tiene, en el que se incluyen las actividades individuales y en grupo. El trabajo en grupo ayudará mucho aquellos alumnos se sean un poco tímidos, haciendo que cojan más confianza.

#### **6.3.4 Mantener el interés y la diversión**

Es importante tener en cuenta las habilidades de los alumnos y recordar que no todos poseen el mismo grado de destreza. Hay que evitar jugar al mismo juego durante un largo periodo de tiempo y observar bien los signos de cansancio, aburrimiento frustración de los alumnos.

Aunque los puntos de enseñanza de la sesión deben hacerse en el momento adecuado, estos deben ser breves y no interferir mucho en el flujo de la actividad que se esté realizando.

**Aquellos juegos que implican la eliminación de algún participante en algún momento pueden perjudicar la confianza de los alumnos y sus habilidades en el agua, y producir sentimientos de incompetencia en los individuos además el ser eliminados priva a ciertos alumnos del carácter recreativo y divertido que tiene la actividad que es en realidad lo que se les había ofrecido. (Noble, 2011, pág. 15)**

### **6.3.5 Organización del espacio**

Cuando se juega en tierra las marcas de tiza o líneas pintadas nos sirven para indicar las áreas de juego y las pistas pero en el agua marcar los espacios representa ciertas dificultades.

**Sin embargo se puede resolver si el profesor es un poco ingenioso y usa sugerencias como estas: Cuando los jugadores tengan que mantener una cierta distancia entre sí, se pueden utilizar como referencia las líneas marcadas en el suelo de la piscina; La mayoría de las piscinas las tienen en forma de azulejos coloreados. Pueden utilizarse los materiales, aparatos o marcas de la piscina como referencia para marcar la línea de separación entre dos equipos. (Noble, 2011, pág. 15)**

Los jugadores se pueden distanciar con la ayuda de un lanzador que permanece en el medio de la piscina y con los recogedores con la espalda apoyada en la pared de la piscina.

### **6.3.6 Materiales y aparatos**

Si se utiliza algún material u objeto pequeño deben ser revisados y colocados alrededor de la piscina, para facilitar a los jugadores su acceso. Después de su uso, al final de la clase, deben ser devueltos a su lugar de

origen con orden para que se lo utilice en otras personas en la piscina. El material debe ser revisado regularmente como norma de seguridad y para evitar posibles accidentes en los alumnos cuando los utilice. Cualquier material improvisado puede ser perfectamente utilizado en la sesión.

### **6.3.7 Juegos y actividades para principiantes y no nadadores**

Es importante tener en cuenta que los no nadadores experimentan una serie de cambios y variaciones en el agua durante sus primeras clases. La primera de todas es la diferencia de temperatura entre el agua y el cuerpo del alumno. Luego, también advierten la densidad del agua y notan la diferencia entre moverse en el agua y en tierra, donde la presión del aire ofrece una resistencia inapreciable. La presión del agua en el cuerpo, y particularmente en el pecho, puede hacer también que la respiración resulte más dificultosa. Además, existe el miedo a la inmersión y la incomodidad de notar el agua en la cara, dos factores que pueden inhibir el momento en el agua y hacer que el alumno abandone la piscina.

**Para ayudar a estos alumnos a moverse en el agua, es necesario ofrecer un programa en el que las actividades para desarrollar la confianza sean esenciales, en las que el objeto sea hacer desaparecer la ansiedad. En una situación organizada como lo es una clase de natación, los alumnos se acordaran menos de ese posible miedo al agua si les ofrecemos actividades y juegos con los que ellos se sientan cómodos y además se diviertan. (Noble, 2011, pág. 17)**

Se recomienda siempre tener a mano una amplia gama de elementos de flotación para que el profesor decida cuál es la combinación más acertada, dependiendo de las necesidades de los alumnos y de la actividad a realizar. Los más comúnmente utilizados son los manguitos y los flotadores. Es importante recordar que estos instrumentos deben ser

debidamente colocados y asegurarse de que no se saldrán del cuerpo del alumno.

### **6.3.8 Introducción al agua**

En la piscina, los alumnos pueden empezar a divertirse sentados en el borde de la piscina, moviendo sus pies en el agua y salpicando, las entradas deben de hacerse con cuidado, bajando los escalones y mirando siempre hacia la piscina. Una vez en el agua, nos e pueden realizar muchos movimientos, sino agarrarse a la escalera y moverse por los lados o agarrarse al borde y avanzar por la pared, ya a continuación meter y sacar la cabeza respirando y haciendo burbujas. Los alumnos más atrevidos y confiados serán los que primero sean capaces de crear sus propios movimientos en, el agua, quizás alejándose un poco de la pared, girando sobre ellos mismos o mojándose la cara.

“Las entradas en el agua, además por las escaleras, también se deben hacer desde la posición de sentados en el borde de la piscina, intentar girar uno de los lados y apoyar ambas manos en el borde haciendo que estas sujeten el peso del cuerpo, y luego dejar que se deslicen el cuerpo y que tome contacto con el agua” (Noble, 2011, pág. 19)

### **6.3.9 El movimiento en el agua**

**Una vez que los alumnos se encuentran en el agua, hay que animarles a que se pongan en movimiento, asegurándonos siempre que sea posible de que sus hombros se encuentren por debajo de la superficie del agua, de manera que sienta el agua a su alrededor. Además, es una manera de que estén más calientes. Para una mayor estabilidad deberán separar las piernas y los brazos, ejerciendo presión contra el agua, de modo que encuentren el equilibrio perfecto. (Noble, 2011, pág. 19)**

### **6.3.10 Actividades y juegos individuales**

#### **6.3.10.1 Actividades para mejorar el equilibrio y el movimiento en el agua.**

Subir y bajar

Hacer olas

Paso de cangrejo

Esquiar

Paso de pato

Salto de rana

Tiempo de marcha

Seguir el balón

Andar con un aro (Noble, 2011, pág. 20)

#### **6.3.10.2 Prácticas de respiración:**

Hacer burbujas

Dibujar en el agua

Soplar objetos

Oír la llamada (Noble, 2011, pág. 22)

#### **6.3.10.3 Prácticas de inmersión: 23**

Caras sucias

Ducharse

Hacer burbujas de dos en dos

Contar los dedos

Contar baldosines

Coger el palto

Alto y bajo

Sentarse, elevarse y girarse

Caja de sorpresas

Enseñar las rodillas (Noble, 2011, pág. 23)

#### **6.3.10.4 Actividades de flotación: 25**

Pedalear

Formar flotantes

Planeo o deslizamiento

Buceo en la superficie

Flotar en forma de Z (Noble, 2011, pág. 25)

#### **6.3.10.5 Actividades y juegos con un compañero:**

Persecución de compañeros

Carreras por parejas

Persecución en parejas

Seguir el aro

Pases por debajo y por encima

Equilibrio con una pierna

Carretilla

Pelotas que rebotan (Noble, 2011, pág. 25)

#### **6.3.10.6 Juegos de actividades para nadadores**

Remadas

Patada para mantener la posición vertical

Andar con las manos

La canoa

La medusa

Marchar en el agua

Péndulo

Nadar como un cangrejo

El tiburón

Nado silencioso (Noble, 2011, pág. 25)

#### **6.3.10.7 Actividades y juegos con un compañero: 60**

Dos perros y un hueso

Rodar el tronco

Equilibrio en los muslos

Guerra con un aro

Nadar con un aro

Bucear y nadar con un aro

Maniobras en el agua

Pases en parejas (Noble, 2011, pág. 60)

#### **6.3.11 Definición estilo crawl**

El estilo crawl es uno de los más rápido para avanzar en el agua y el primer estilo en la enseñanza de la natación; se debe tomar al agua como un apoyo, se desplaza utilizando el movimiento de brazos y piernas.

**Es probable que el estilo libre actual contenga la mayoría de los mismos elementos que siempre ha tenido. Entonces ¿de dónde proviene su denominación alternativa “crol australiano”? Quizá de “Crol aborigen” de cualquier manera que se le denomine, sigue siendo el medio más rápido de avanzar por el agua en cualquier distancia superior a 15 metros (NortThornton, 2007, pág. 136).**

El estilo crol es el estilo base de la natación en el que el agua es un punto de apoyo para empujar y tirar el cuerpo con ayuda de brazos y piernas además es con el cual podemos movilizarnos con más facilidad y a mayor velocidad.

**Para nadar de forma adecuada el estilo libre hay que intentar concebir el agua como un punto de apoyo o fulcro sobre el que actuar, para empujar y tirar del cuerpo, con el uso de los brazos, siendo el fulcro tanto más ventajoso cuanto más agua se consigue desplazar. Si esta visión es clara, será más sencillo sentir el contacto con el agua, el desplazamiento por la superficie y la corrección de eventuales errores. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

### **6.3.12 Fundamentos técnicos del estilo crawl**

#### **6.3.12.1 Posición del cuerpo**

“El cuerpo asume en el agua la posición horizontal de cúbito prono que ofrece la menor resistencia al avance. La cabeza debe apoyarse sobre la superficie líquida, de manera que el agua llegue a las cejas.” (Tovaglieri, 2007, pág. 202).

##### **6.3.12.1.1 La alineación horizontal del cuerpo**

**Consiste en una posición lo suficientemente horizontal o plana como para que nos permita mover los pies de forma efectiva a una cierta profundidad en el agua y la resistencia que ofrece nuestro cuerpo al agua sea lo más pequeña posible. Por el contrario, si dejamos que nuestros pies y piernas se hundan demasiado, aumentará la resistencia al avance. Igualmente ocurrirá si levantamos demasiado la cabeza y los hombros. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

Observa cómo actúa la resistencia cuando nuestra posición es menos horizontal.



#### **6.3.12.1.2 La alineación lateral del cuerpo**

**Son las fluctuaciones que hace nuestro cuerpo como consecuencia del movimiento alternativo de nuestros brazos. Cuando el nadador da una brazada con el brazo derecho su cuerpo tiende a irse hacia la izquierda y cuando lo hace con el izquierdo su cuerpo se va hacia la derecha. Si tenemos en cuenta que primero es el brazo derecho e inmediatamente después el izquierdo el efecto que se produce será un continuo zigzag lateral del cuerpo. Estas oscilaciones laterales se hacen más evidentes si observamos al nadador desde cierta altura. (Tovaglieri, 2007, pág. 202).**

Pues bien, este "culebrear" hace que la resistencia al agua aumente de forma considerable y por lo tanto se pretende que la alineación lateral sea lo más recta posible.

Uno de los factores que puede corregir la alineación lateral del cuerpo es el giro del cuerpo y el movimiento de brazos, especialmente en la fase de recobro o recuperación.

#### **6.3.12.1.3 Rolido o rotación del cuerpo**

“Es el giro que se produce a través del eje longitudinal en los estilos de crol y espalda. Este movimiento facilita tanto la tracción como la recuperación de los brazos; por lo tanto es, o debería ser, una constante en el movimiento de los nadadores del crol” (Tovaglieri, 2007, pág. 202).

### **6.3.13 Errores de la posición del cuerpo**

“Los errores más comunes en esta área normalmente significan que los nadadores han hecho algo para alterar su alineación horizontal o lateral”.

1.- Ya se han mencionado los principales errores que causan la pérdida de la alineación horizontal hidrodinámica: tratar de realizar un batido demasiado profundo. En ambos casos, el cuerpo se inclina demasiado hacia debajo de la cabeza a los pies, haciendo que ocupe demasiado espacio en el agua y aumentando así la resistencia a su avance.

2.-La mayoría de los errores que alteran la alineación horizontal tienen que ver con la brazada y fueron presentados en la sección sobre errores de recobro y entrada. Son: 1 estirar demasiado, 2 realizar un recobro demasiado lateral y 3 empujar el agua hacia dentro durante el movimiento hacia dentro.

Otra manera de alterar los nadadores la alineación lateral es echando la cabeza hacia atrás cuando respiran. Esto hace que el tronco se tuerza hacia el lado cuando respiran, lo que a su vez hace que las caderas se balanceen hacia el lado opuesto. Este balanceo hacia el lado aumenta el espacio ocupado por el nadador en el agua y crea un arrastre resistivo adicional.

### **6.3.14 Movimiento de Piernas**

“La acción de las piernas consiste en alternar diagonalmente el barrido de las mismas. Aunque las piernas en alguna medida se mueven lateralmente durante su trayectoria, la dirección principal en que lo hacen es de arriba abajo”.

Por lo tanto, los dos movimientos principales se han denominado "trayectoria ascendente" y "trayectoria descendente" de la acción de las piernas.

Trayectoria descendente. La trayectoria descendente de las piernas se mueve alternativamente de forma que el batido descendente de una pierna tiene lugar durante el batido ascendente de la otra.

El batido descendente es como un latigazo que empieza con una flexión a la altura de la cadera seguida de una extensión de la rodilla. Una pierna empieza su batido descendente antes de alcanzar el punto más alto en su trayectoria ascendente previa...

Amplitud de la patada. La acción de las piernas no debería ser ni muy superficial ni muy profunda. La amplitud óptima está probablemente entre los 50 y los 80 cm (25 - 35 pulgadas). Cureton (1930), recomendó una amplitud máxima de 61 cm (24 pulgadas).

La práctica usual de entrenar la acción de las piernas con la ayuda de una tabla, puede ser buena para mejorar la resistencia de las piernas, pero impide su actuación en diagonal. De acuerdo con esto, una gran parte de los ejercicios de piernas, deberían hacerse sin tabla de forma que la acción de las piernas pueda combinarse con la rotación del cuerpo. (Rivera, 2009)

### **6.3.15 Acción de los brazos**

La acción continua, alterna de los brazos es la fuerza dentro del estilo y permite propulsión constante. Durante toda la brazada hay cinco áreas principales que requieren atención — entrada, extensión hacia abajo, hacia adentro, hacia arriba y recuperación. (Maglisho, 2009, pág. 138)

#### 6.3.15.1 Acción de brazos: Fase acuática

La acción de brazos son: “**Entrada de la mano:** La mano derecha entra en el agua directamente enfrente de su hombro (vista frontal). El brazo debe de estar ligeramente flexionado, con el codo por encima de la mano (vista lateral).” (Hernández A. , I-Natación, 2011)

La muñeca se mantiene ligeramente flexionada unos grados desde la línea del antebrazo. Los dedos entran en primer lugar.

El brazo izquierdo está a mitad del camino de su fase propulsora.

**6.3.15.2 Agarre:** Tan pronto como la mano entra en el agua el codo debe estar casi completamente extendido.

En este momento la tracción empezará siendo lenta y, gradualmente, aumentará su velocidad pero sin parar en su recorrido. El brazo no debe esperar a que el brazo que termina de traccionar se recupere. La mano derecha debe llevarse a un ritmo tal que el brazo que lo efectúa esté a punto de alcanzar su extensión completa. (Hernández A. , I-Natación, 2011)

La muñeca está flexionada hacia abajo, aproximadamente 40 grados, y girada hacia afuera y hacia atrás. El brazo izquierdo termina su brazada dentro del agua. La fuerza de la mano derecha todavía no se dirige suficientemente hacia atrás, de forma que pueda contribuir a la propulsión hacia delante del cuerpo. (Hernández A. , I-Natación, 2011)

**6.3.15.3 Tirón:** Barrido hacia abajo: El codo está a punto de comenzar a flexionarse de forma gradual a fin de que la mano se desplace hacia abajo.

La velocidad irá aumentando progresivamente.

Barrido hacia abajo: A medida que la mano derecha presiona hacia abajo, la flexión del codo es más evidente. La mano debe mantenerse ligeramente cóncava, para perfeccionar su forma hidrodinámica. Barrido hacia abajo: La elevación de ambos codos, el de recuperación y el de tracción es elevada, es decir más alto que la mano. (Hernández A. , I-Natación, 2011)

Barrido hacia adentro: El barrido hacia adentro empieza cuando la mano alcanza el punto más profundo del barrido hacia abajo y cuando la mano pasa por debajo de la cabeza. El codo del brazo derecho apunta hacia la pared, es el momento en el que el codo alcanza su máxima flexión, aproximadamente 90 grados, mientras la mano se dirige hacia adentro y atrás. (Hernández A. , I-Natación, 2011)

**6.3.15.4 Empuje:** Barrido hacia arriba: Esta es la fase de mayor propulsión de la brazada.

#### **6.3.15.5 Barrido hacia arriba:**

**La mano que tracción empieza a volverse hacia adentro de la línea longitudinal del cuerpo. Mientras, el brazo comienza su extensión. Barrido hacia arriba: Hay que empujar hacia atrás a medida que la dirección y la inclinación de la mano van cambiando desde la dirección hacia adentro a la inclinación hacia afuera. Este recorrido va desde la altura del pecho hasta la cintura, momento**

**en el que la mano se dispone hacia afuera, arriba y atrás hasta alcanzar el muslo de la pierna. (Hernández A. , I-Natación, 2011)**

**6.3.15.6 Recobro:** El codo debe emerger de la superficie, moviéndose hacia delante, mientras la mano termina el barrido hacia arriba. Antes de que la mano salga a la superficie del agua, es girada de manera que la palma mire hacia el cuerpo.

“El codo se desplaza hacia arriba y hacia adelante, siguiéndole el antebrazo y la mano. El brazo derecho ha salido con el codo más alto que la mano. La muñeca de dicha mano se encuentra relajada. Comienza la recuperación del brazo”. (Hernández A. , I-Natación, 2011)

## **6.4 OBJETIVOS.**

### **6.4.1 Objetivo General**

- Elaborar una guía de juegos didácticos para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los octavos años de educación general básica de la unidad educativa “Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra”

### **6.4.2 Objetivos Específicos.**

- Recopilar información de la guía didáctica para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los octavos años de educación general básica de la unidad educativa “Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra”

- Diseñar la guía a través de recursos informáticos para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los octavos años de educación general básica de la unidad educativa “Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra”
- Socializar y aplicar la guía didáctica a través de talleres para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los octavos años de educación general básica de la unidad educativa “Sánchez y Cifuentes de la ciudad de Ibarra”

## **6.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA.**

País: Ecuador.

Provincia: Imbabura.

Ciudad: Ibarra.

Cantón: Ibarra

Beneficiarios: Autoridades, educadoras, estudiantes de los Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Sánchez y Cifuentes

## 6.6 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

# Juego N° 1

**Tema:** las flechas (deslizamiento)

**Conceptualización:**

Se define como propulsión la fuerza gracias a la cual un cuerpo se desplaza a través del agua. Esta fuerza la generaran los brazos y, en algunas ocasiones, las piernas. El sentido y aplicación de la fuerza marcara la dirección del desplazamiento cumpliendo la ley de Newton: a toda acción le corresponde una reacción de igual fuerza y de sentido contrario.

**Objetivos:**

Logra que el niño se desplace lo más lejos que sea posible sin el movimiento de brazos y piernas.

**Formación:** individual

**Piscina:** iniciación

**Descripción del juego:**

- Todos los jugadores en un extremo de la piscina, a la señal se impulsan con fuerza desde la pared y se deslizan como “flechas” hasta que se paren, no pudiendo mover ni brazos ni piernas, durante el deslizamiento.  
Gana el que llega más lejos.



[www.elbebe.com](http://www.elbebe.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa recreativa del deslizamiento el niño será capaz de deslizarse solo sin la ayuda del profesor.



# Juego N° 2

**Tema:** los delfines (deslizamiento)

**Conceptualización:**

Se define como propulsión la fuerza gracias a la cual un cuerpo se desplaza a través del agua. Esta fuerza la generaran los brazos y, en algunas ocasiones, las piernas. El sentido y aplicación de la fuerza marcara la dirección del desplazamiento cumpliendo la ley de Newton: a toda acción le corresponde una reacción de igual fuerza y de sentido contrario.

**Objetivos:**

Logra que el niño se desplace lo más lejos que sea posible sin el movimiento de brazos y piernas.

**Formación:** individual

**Piscina:** iniciación

**Descripción del juego:**

- Todos los jugadores en un extremo de la piscina, a la señal saltan hacia adelante, sumergiéndose, cuando el impulso decrece, hace nuevo impulso hacia adelante y así sucesivamente. El que llega antes al otro extremo vence.



[www.groupon.com](http://www.groupon.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa recreativa del deslizamiento el niño será capaz de deslizarse con mayor rapidez.

# Juego N° 3

**Tema:** torpedos (deslizamiento)

**Conceptualización:**

Se define como propulsión la fuerza gracias a la cual un cuerpo se desplaza a través del agua. Esta fuerza la generaran los brazos y, en algunas ocasiones, las piernas. El sentido y aplicación de la fuerza marcara la dirección del desplazamiento cumpliendo la ley de Newton: a toda acción le corresponde una reacción de igual fuerza y de sentido contrario.

**Objetivos:**

Desarrollar en el niño más confianza con el nuevo medio.

**Formación:** parejas

**Piscina:** iniciación

**Descripción del juego:**

- Todas las parejas parten desde la misma línea. Uno de la pareja se coloca en flotación ventral con el cuerpo bien estirado en posición de “torpedo”, el otro cogiéndole los pies le impulsará con fuerza intentando lanzarlo lo más lejos posible; el “torpedo” no puede colaborar en la propulsión. Gana la pareja cuyo proyectil llegue más lejos.



[felixdiscanatacion.mex.tl](http://felixdiscanatacion.mex.tl)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa recreativa del deslizamiento el niño se sentirá más cómodo en el agua, para aprender las nuevas fases del crawl.

# Juego N° 4

**Tema:** el ahogado (deslizamiento)

**Conceptualización:**

Se define como propulsión la fuerza gracias a la cual un cuerpo se desplaza a través del agua. Esta fuerza la generaran los brazos y, en algunas ocasiones, las piernas. El sentido y aplicación de la fuerza marcara la dirección del desplazamiento cumpliendo la ley de Newton: a toda acción le corresponde una reacción de igual fuerza y de sentido contrario.

**Objetivos:**

Desarrollar en el niño más confianza con el nuevo medio.

**Formación:** parejas

**Piscina:** profunda

**Descripción del juego:**

- Carreras por parejas. Uno se coloca de espaldas al agua y transporta a su compañero cogiéndole por debajo de los hombros y haciendo pies de braza, mientras que el transportado hace pies de espalda.



[babysurvivalswim.com](http://babysurvivalswim.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa recreativa del deslizamiento el niño se sentirá más cómodo en el agua.

# Juego N°5

**Tema:** las caídas (saltos a poca altura)

**Conceptualización:**

Con el aprendizaje y el perfeccionamiento de esta habilidad el alumno se siente más seguro en el agua. Además los saltos al agua ofrecen una gran riqueza y variedad de ejercicios los cuales promueven la creatividad y fantasía del niño

**Objetivos:**

Desarrollar en el niño más confianza con el nuevo medio y en su instructor.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda

**Descripción del juego:**

- Del borde de la piscina, dejarse caer al agua en distintas posiciones buscando originalidad en las mismas; un jurado puntuará cada caída. Se debe insistir en que el juego consiste en dejarse caer y no saltar.



[www.eliceo.com](http://www.eliceo.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de saltos a poca altura el niño tendrá gran confianza para realizar cualquier ejercicio acuático.

# Juego N° 6

**Tema:** salto de altura (saltos a poca altura)

**Conceptualización:**

Con el aprendizaje y el perfeccionamiento de esta habilidad el alumno se siente más seguro en el agua. Además los saltos al agua ofrecen una gran riqueza y variedad de ejercicios los cuales promueven la creatividad y fantasía del niño

**Objetivos:**

Desarrollar mayor agilidad en el niño.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Material:** tablas.

**Descripción del juego:**

- Colocar en el borde de la piscina varias tablas apiladas una sobre otra. Los jugadores irán saltando por encima al agua, el jugador que derribe la pila o tire alguna tabla, queda eliminado, a cada vuelta aumenta la altura de las tablas y así hasta que quede un vencedor. Variantes: Saltar de cabeza, de pie y sentados.



[jesusenlared.blogspot.com](http://jesusenlared.blogspot.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de saltos a poca altura el niño tendrá gran confianza para realizar cualquier ejercicio acuático sin la presencia del profesor.

# Juego N°7

**Tema:** pesca submarina (buceo)

**Conceptualización:**

Por la habilidad de buceo el alumno adquiere una seguridad necesaria debajo del agua, por los movimientos de los brazos y piernas el alumno por primera vez aprende a moverse hacia delante, debe de encontrarse sumergido pero sin hacer contacto con el fondo.

**Objetivos:**

Brindarle mayor seguridad en el agua.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Material:** gafas, aletas, pica, cubos de plástico

**Descripción del juego:**

- Cada jugador perfectamente equipado, con gafas submarinas, aletas y una pica de modo de arpón. El objetivo es derribar los cubos de plástico (que no floten), que se colocarán formando figuras, torres, pirámides, entre otros, en el fondo de la piscina. Ganará el jugador o equipo que derribe más cubos.



[www.eurekakids.es](http://www.eurekakids.es)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de buceo el niño estará en la capacidad de sacar objetos del fondo de la piscina.



# Juego N° 8

**Tema:** la pesca (buceo)

**Conceptualización:**

Por la habilidad de buceo el alumno adquiere una seguridad necesaria debajo del agua, por los movimientos de los brazos y piernas el alumno por primera vez aprende a moverse hacia delante, debe de encontrarse sumergido pero sin hacer contacto con el fondo.

**Objetivos:**

Brindarle mayor seguridad en el agua.

**Formación:** grupo

**Piscina:** inicial

**Material:** gafas, aletas.

**Descripción del juego:**

- Se colocan los niños en un extremo de la piscina, y tres o cuatro “pescadores” en el medio. A la señal intentan desplazarse hasta el otro extremo de la piscina sin dejarse tocar de los pescadores, lo que se puede evitar por ejemplo pasando bajo el agua. Los “pescados” se retiran del juego, los cuatro últimos ocupan el lugar de los pescadores



[burbujitaas.blogspot.com](http://burbujitaas.blogspot.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de buceo el niño estará en la capacidad de bucear con mayor libertad.

# Juego N°9

**Tema:** el túnel submarino (buceo)

**Conceptualización:**

Por la habilidad de buceo el alumno adquiere una seguridad necesaria debajo del agua, por los movimientos de los brazos y piernas el alumno por primera vez aprende a moverse hacia delante, debe de encontrarse sumergido pero sin hacer contacto con el fondo.

**Objetivos:**

Ayudarle al niño hacer más decidido y a perder el miedo.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Descripción del juego:**

- Todos de pie junto a un lado de la piscina y con los brazos extendidos y apoyados en el borde, formando un túnel entre la pared y los alumnos. El primero de la fila se suelta y recorre el túnel de la forma que desee, agachado, de rodillas, nadando, buceando, entre otros. Cuando llega al otro extremo adopta de nuevo la posición inicial, y así sucesivamente.



[www.mercamania.es](http://www.mercamania.es)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de buceo el niño estará en la capacidad de sacar objetos de distintos tamaños y formas del fondo de la piscina.



# Juego N°10

**Tema:** delfines (buceo)

**Conceptualización:**

Por la habilidad de buceo el alumno adquiere una seguridad necesaria debajo del agua, por los movimientos de los brazos y piernas el alumno por primera vez aprende a moverse hacia delante, debe de encontrarse sumergido pero sin hacer contacto con el fondo.

**Objetivos:**

Ayudarle al niño hacer más decidido y a perder el miedo.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Descripción del juego:**

- Se colocaran los alumnos a una distancia de unos dos metros uno del otro, uno de pie con las piernas separadas el otro agachado o de rodillas, de forma alternada. Uno, el “delfín”, pasará a través de la fila de la siguiente forma: al primero por entre las piernas al segundo lo salta apoyando las manos en los hombros y así sucesivamente hasta el final donde adoptara la posición que corresponda.



[www.deportelacarlota.es](http://www.deportelacarlota.es)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de buceo el niño estará en la capacidad de bucear con facilidad sobre obstáculos.

# Juego N°11

**Tema:** remolino (flotación).

**Conceptualización:**

Cuando el niño se introduce en el seno de un líquido, como el agua, experimenta unos cambios que le hace percibir sensaciones diferentes a cuando está en tierra firme

**Objetivos:**

Ayudarle al niño a perder el miedo al agua.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Descripción del juego:**

- Todos los alumnos (cuantos más mejor) de pie en el agua y junto al borde de la piscina forman una fila que da la vuelta alrededor de toda la piscina, y a la señal todos “reman” con ambas manos lanzando el agua hacia atrás con fuerza; esto provocará una corriente circular que irá aumentando la velocidad, y a la señal del profesor, todos se colocan en flotación dejándose arrastrar por el remolino.



[www.municipalidadchillan.cl](http://www.municipalidadchillan.cl)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de la flotación el niño estará en la capacidad de flotar por más tiempo en el agua.

# Juego N° 12

**Tema:** ¡Que te pille! (Familiarización al agua).

**Conceptualización:**

La primera necesidad que el alumno tendrá en su contacto con el medio acuático será la de adaptarse a él, es decir, necesita sentir, notar, conocer, tocar el nuevo medio tan distinto al habitual.

**Objetivos:**

Ayudarle al niño a perder el miedo al agua, por medio de juegos.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Descripción del juego:**

- Se forman un círculo cogido de las manos y con los brazos en alto. El que “para” se desplaza por el exterior del grupo y toca la espalda al que desea en la espalda que debe salir corriendo intentando atraparlo, el que huye lo hace alrededor del círculo y debe dar dos vueltas para intentar ocupar el lugar vacío del perseguidor antes de ser cogido. Si lo consigue “para” el que perdió su lugar.



[deportelanava.blogspot.com](http://deportelanava.blogspot.com)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de la familiarización al agua el niño estará en la capacidad de correr, saltar, entre otras actividades.

# Juego N° 13

**Tema:** guerra de agua (Familiarización al agua).

**Conceptualización:**

La primera necesidad que el alumno tendrá en su contacto con el medio acuático será la de adaptarse a él, es decir, necesita sentir, notar, conocer, tocar el nuevo medio tan distinto al habitual.

**Objetivos:**

Ayudarle al niño a perder el miedo al agua, por medio de jugos.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Descripción del juego:**

- Se forman dos equipos que se colocaran uno frente del otro en la mitad de la piscina. A la señal cada uno lanzará toda el agua que pueda hacia adelante contra sus adversarios, haciéndoles retroceder.  
Finaliza el juego cuando un equipo se rinde o retrocede hasta la pared.



[www.serpadres.es](http://www.serpadres.es)

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de la familiarización al agua el niño estará en la capacidad de correr, saltar, chapotear, entre otras actividades.

# Juego N° 14

**Tema:** cazadores y conejos (Familiarización al agua).

**Conceptualización:**

La primera necesidad que el alumno tendrá en su contacto con el medio acuático será la de adaptarse a él, es decir, necesita sentir, notar, conocer, tocar el nuevo medio tan distinto al habitual.

**Objetivos:**

Ayudarle al niño a perder el miedo al agua, por medio de juegos.

**Formación:** grupo.

**Piscina:** iniciación.

**Material:** cinta de un color

**Descripción del juego:**

- Se enfrentan dos equipos. Unos serán cazadores y se colocaran juntos en el centro de la piscina; los otros serán conejos y se colocaran la cinta colgando del traje de baño a modo de “cola”, pudiendo repartirse por toda la piscina. A la señal se inicia la cacería, los cazadores corren por todas partes persiguiendo a los conejos que se escapan y cuando consiguen coger una “cola” el propietario ha sido cazado y debe abandonar el agua. Ganará el juego el equipo tarde menos tiempo en cazar a todos los conejos



charhadas.com

**Evaluación:**

Al culminar esta etapa lúdica de la familiarización al agua el niño estará en la capacidad de correr, saltar, chapotear, entre otras actividades, sin ninguna dificultad.

# Juego N° 15

**Tema:** el buda (Respiración).

**Conceptualización:**

Mediante la respiración se efectúan los cambios gaseosos entre los tejidos vivos y el medio exterior. El aparato respiratorio del hombre comprende, como puntos de verificación fundamentales, la nariz y la boca, mediante los cuales se realizaran los movimientos respiratorios básicos: inspiración y expiración.

**Objetivos:**

Desarrollar sincronía en las fases de inspiración y expiración. .

**Formación:** individual

**Piscina:** iniciación / profunda.

**Descripción del juego:**

- Inspirar profundamente, adoptar la posición de “Buda” (piernas cruzadas y encogidas, las manos en las rodillas) y soplar sacando todo el aire de los pulmones, mantener la posición mientras el cuerpo desciende hasta el fondo de la piscina, donde quedaremos sentados mientras podamos.  
¿Quién aguanta más tiempo sentado?



[www.prensalibre.com](http://www.prensalibre.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la fase de la respiración el niño estar en la capacidad de realizar la respiración con una buena sincronía.



# Juego N° 16

**Tema:** arriba y abajo (Respiración).

**Conceptualización:**

Mediante la respiración se efectúan los cambios gaseosos entre los tejidos vivos y el medio exterior. El aparato respiratorio del hombre comprende, como puntos de verificación fundamentales, la nariz y la boca, mediante los cuales se realizaran los movimientos respiratorios básicos: inspiración y expiración.

**Objetivos:**

Desarrollar sincronía en las fases de inspiración y expiración. .

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del juego:**

- En posición vertical descender al fondo de la piscina y subir tantas veces como se pueda botando el aire dentro de la piscina, este ejercicio debe realizarlo en un minuto.



[www.apldigital.org.ar](http://www.apldigital.org.ar)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la fase de la respiración el niño estar en la capacidad de realizar la respiración con una buena sincronía.

# Juego N°17

**Tema:** salvamento (Sumersión).

**Conceptualización:**

La sumersión todavía se hace con contacto al piso, el alumno principalmente debe de aprender a introducir la cabeza completamente y abrir los ojos bajo el agua. Esta habilidad es insustituible para la orientación bajo el agua y para el aprendizaje posterior de las técnicas de natación

**Objetivos:**

Desarrollar una buena orientación bajo el agua.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del juego:**

- la barra se halla en posición vertical y los aros en el fondo y a su alrededor. El niño deberá bajar y rescatar los aros uno a uno en el menor tiempo posible, depositándolos fuera del agua.



[www.decathlon.es](http://www.decathlon.es)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la fase de la sumersión el niño estar en la capacidad de orientarse bajo del agua.



# Juego N° 18

**Tema:** el mástil (Sumersión).

**Conceptualización:**

La sumersión todavía se hace con contacto al piso, el alumno principalmente debe de aprender a introducir la cabeza completamente y abrir los ojos bajo el agua. Esta habilidad es insustituible para la orientación bajo el agua y para el aprendizaje posterior de las técnicas de natación

**Objetivos:**

Desarrollar una buena orientación bajo el agua.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del juego:**

- A la señal se deben sacar las piernas fuera del agua realizando una vertical, que se intenta mantener mediante una remada de manos y, ganara el que mantenga los pies más altos y durante más tiempo.



[nataciontriton.com](http://nataciontriton.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la fase de la sumersión el niño estar en la capacidad de orientarse bajo del agua.

# Juego N°19

**Tema:** carrera americana (Posición del cuerpo).

**Conceptualización:**

La posición del cuerpo en los movimientos de “crawl” debe ser tan aerodinámica y plana como sea posible, a la vez que permita que los pies, hundidos a suficiente profundidad en el agua, realicen un movimiento efectivo. Cualquier rémora adicional, proveniente de una posición del cuerpo defectuosa, mengua la velocidad del nadador

**Objetivos:**

Desarrollar una buena posición del cuerpo al momento de nadar el crawl.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del juego:**

- Todos los niños se colocarán en el agua y en un lateral de la piscina cogidos del rebosadero, a la señal deberá nadar lo más rápidamente hasta el otro lado, el último en llegar queda eliminado y así sucesivamente hasta que solo quede el vencedor. Variante: el primero en llegar es el que abandona el juego y sale fuera del agua.



[www.fedelian.com](http://www.fedelian.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la posición del cuerpo el niño se desplazará con mayor rapidez.

# Juego N° 20

**Tema:** deslizadores (Posición del cuerpo).

**Conceptualización:**

La posición del cuerpo en los movimientos de “crawl” debe ser tan aerodinámica y plana como sea posible, a la vez que permita que los pies, hundidos a suficiente profundidad en el agua, realicen un movimiento efectivo. Cualquier rémora adicional, proveniente de una posición del cuerpo defectuosa, mengua la velocidad del nadador

**Objetivos:**

Desarrollar una buena posición del cuerpo al momento de nadar el crawl.

**Formación:** grupo

**Piscina:** profunda.

**Material:** colchonetas o tapices acuáticos.

**Descripción del juego:**

- Formar equipos para hacer relevos y cada equipo se dispone a ambos lados de la piscina (a lo ancho) con una colchoneta; el primer relevista se coloca sobre la colchoneta y a la señal de partida entre los compañeros los lanzan al agua; sin caer de la colchoneta debe impulsar con los pies y brazos tan rápido como pueda hasta el otro lado donde sus compañeros sacarán la colchoneta del agua, se colocará el siguiente y será lanzado al agua y así sucesivamente hasta el final.



[www.espormadrid.es](http://www.espormadrid.es)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la posición del cuerpo el niño se desplazará con mayor rapidez.

# Juego N° 21

**Tema:** relevos con camiseta (Posición del cuerpo).

**Conceptualización:**

La posición del cuerpo en los movimientos de “crawl” debe ser tan aerodinámica y plana como sea posible, a la vez que permita que los pies, hundidos a suficiente profundidad en el agua, realicen un movimiento efectivo. Cualquier rémora adicional, proveniente de una posición del cuerpo defectuosa, mengua la velocidad del nadador.

**Objetivos:**

Desarrollar una buena posición del cuerpo al momento de nadar el crawl.

**Formación:** grupo

**Piscina:** profunda.

**Material:** camisetas

**Descripción del juego:**

- Formar equipos de relevos, cada uno dispone de una camiseta que será utilizada como tal por el relevista que nada, al llegar a la pared contraria entregará la camiseta al siguiente compañero que se la pondrá y se lanzará al agua para llegar al otro lado y así sucesivamente. Gana el equipo que finalice la última posta en primer lugar.



[msiprensa.blogspot.com](http://msiprensa.blogspot.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la posición del cuerpo el niño se desplazará con mayor rapidez y buena coordinación.

# Juego N°22

**Tema:** la casa del balón (Posición del cuerpo).

**Conceptualización:**

La posición del cuerpo en los movimientos de “crawl” debe ser tan aerodinámica y plana como sea posible, a la vez que permita que los pies, hundidos a suficiente profundidad en el agua, realicen un movimiento efectivo. Cualquier rémora adicional, proveniente de una posición del cuerpo defectuosa, mengua la velocidad del nadador.

**Objetivos:**

Desarrollar una buena posición del cuerpo al momento de nadar el crawl.

**Formación:** grupo

**Piscina:** profunda.

**Material:** pelotas y aros

**Descripción del juego:**

- Formar dos equipos, colocándose cada uno en un extremo de la piscina (a lo ancho), y en la mitad se colocará un aro con una pelota en su interior; cada jugador será identificado por un número que solo conocerá su equipo (ambos equipos la misma numeración). Un juez gritará en voz alta un número y los jugadores que lo posean nadarán rápidamente intentando coger antes que el otro el balón. Consiguiendo un punto para su equipo.



[www.ultra.com.mx](http://www.ultra.com.mx)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la posición del cuerpo el niño se desplazará con mayor rapidez y buena coordinación para llegar a su objetivo.

# Juego N° 23

**Tema:** (Patada crawl).

**Conceptualización:**

El objetivo es recorrer la piscina con tan pocas patadas como sea posible. Este ejercicio se efectúa más eficazmente bajo el agua. Si el nadador está dando una buena patada hacia arriba puede comprimir el agua contra el otro pie durante la patada hacia abajo.

**Objetivos:**

Desarrollar un buen movimiento de pierna ascendente y descendente

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- parados en el filo de la piscina realizar movimientos de pierna para que el alumno tenga conciencia que el movimiento empieza en la cadera.
- Sentados en el borde de la piscina con los brazos hacia atrás el alumno realiza movimientos hacia arriba y hacia abajo.
- Con las manos en el rebosadero el alumno realiza la patada hasta ponerse en posición horizontal.
- Impulso brazos estirados hacia adelante realizar la patada.



[eltiempo.com.ve](http://eltiempo.com.ve)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la patada del estilo crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de patada de una forma más coordinada y rítmica.



# Juego N° 24

**Tema:** (Patada crawl).

**Conceptualización:**

El objetivo es recorrer la piscina con tan pocas patadas como sea posible. Este ejercicio se efectúa más eficazmente bajo el agua. Si el nadador está dando una buena patada hacia arriba puede comprimir el agua contra el otro pie durante la patada hacia abajo.

**Objetivos:**

Desarrollar un buen movimiento rítmico y coordinado de piernas.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Patear con la tabla y la cabeza afuera.
- Patear con la cabeza sumergida.
- Patear con la tabla coordinando con la respiración.
- Patear con la tabla ubicándola de diferentes formas.
- Patear con la tabla ubicando de diferentes maneras la cabeza.
- Patear en pareja la tabla.
- Patear en grupo.



[luisalzate2089.blogspot.com](http://luisalzate2089.blogspot.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la patada del estilo crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de patada de una forma más coordinada y rítmica, sincronizando la respiración.

# Juego N° 25

**Tema:** (brazada crawl).

**Conceptualización:**

Para que el alumno pueda comprender la brazada del estil crawl y el profesor tenga mayor oportunidad de ser comprendido, es necesario comprender las partes de la brazada como la entrada y el estiramiento, tirón, empuje, recuperación.

**Objetivos:**

Desarrollar un buen movimiento rítmico y coordinado de brazos.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Agarrados del muro con pull boys entre las piernas realizar los movimientos de los brazos.
- Como el anterior solamente con un brazo.
- En cuclillas caminar por el agua realizando brazadas.
- En parejas la carretilla (de frente, de lado, hacia atrás).
- Agarrados del muro realizar la brazada con respiración lateral.
- Con los pies en el rebosadero o agarrados de un compañero brazada con respiración.



[www.guioteca.com](http://www.guioteca.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la brazada del estilo crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de brazos de una forma más coordinada y rítmica, sincronizando la respiración.



# Juego N°26

**Tema:** (brazada crawl).

**Conceptualización:**

Para que el alumno pueda comprender la brazada del estil crawl y el profesor tenga mayor oportunidad de ser comprendido, es necesario comprender las partes de la brazada como la entrada y el estiramiento, tirón, empuje, recuperación.

**Objetivos:**

Sentir presión o apoyo en las manos y antebrazos en la primera fase de la brazada.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Impulsos de la pared con brazos y respiración lateral.
- En piscina poco profunda con los brazos en el piso, alternar brazadas con respiración.
- Giro de todo el cuerpo con la cabeza fija.
- Girar todo el cuerpo con la cabeza fija, al terminar, medio recobro y cambio de lado.
- Brazos en ambos lados del cuerpo, nadar crawl de lado. Dar cada brazada girando sobre su lado. Esperar acabar una brazada para comenzar sobre el otro lado la brazada con el otro brazo.



[www.sportlife.es](http://www.sportlife.es)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la brazada del estilo crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de brazos de una forma más coordinada y rítmica, sincronizando con la respiración lateral.

# Juego N° 27

**Tema:** (brazada crawl).

**Conceptualización:**

Para que el alumno pueda comprender la brazada del estil crawl y el profesor tenga mayor oportunidad de ser comprendido, es necesario comprender las partes de la brazada como la entrada y el estiramiento, tirón, empuje, recuperación.

**Objetivos:**

Mejorar el deslizamiento lateral y la patada de crol.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Un brazo estirado delante del cuerpo y otro en la mitad del recobro.
- Tres brazadas, en la cuarta deslizar lateralmente mientras se dan 6 patadas. Volver a empezar.
- Se dan tres brazadas, después piernas. Antes de llegar a la pared ajustar la llegada dando otras 3 brazadas.
- Boca abajo, brazos a los lados de la cabeza. Mover circularmente las manos hacia abajo hasta la altura de la cadera. Los codos siempre por encima de las manos. No bajar los codos.



[www.vitonica.com](http://www.vitonica.com)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la brazada del estilo crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de brazos de una forma más coordinada y rítmica, sincronizando con la respiración lateral y mayor velocidad de desplazamiento.

# Juego N°28

**Tema:** (la coordinación del estilo completo crawl).

**Conceptualización:**

La coordinación base consiste en combinar seis patadas por cada ciclo completo de brazos, pero hay nadadores muy experimentados que utilizan la coordinación de dos patadas.

**Objetivos:**

Mejorar la posición del cuerpo.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Un brazo estirado hacia adelante, el otro realiza con patada y respiración (alternar la posición de los brazos).
- Con un brazo pegado al cuerpo (pierna) realizar brazadas, con el otro brazo y respiraciones, alternar en brazos.
- Respirar cada dos, tres, cuatro, cinco, seis, etc., brazadas.
- Brazadas con diferentes ritmos de patada.
- Patadas con diferentes ritmos de brazos.
- Nadar cambiando la posición del cuerpo (muy arqueado, muy encorvado).



[www.sportlife.es](http://www.sportlife.es)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la coordinación del estilo completo en crawl el niño estará en la capacidad de realizar ejercicios de brazos, piernas, respiración de una forma más coordinada y rítmica.

# Juego N°29

**Tema:** (la coordinación del estilo completo crawl).

**Conceptualización:**

La coordinación base consiste en combinar seis patadas por cada ciclo completo de brazos, pero hay nadadores muy experimentados que utilizan la coordinación de dos patadas.

**Objetivos:**

Mejorar el deslizamiento y la posición del cuerpo.

**Formación:** individual

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Seis batidos durante un ciclo de brazada.
- Dos batidos durante un ciclo de brazada.
- Inspiración por la boca al final del empuje, con un giro lateral de la cabeza.
- Espiración dentro del agua por la nariz.
- Ritmo de respiración de 2 tiempos, de 3 tiempos y 4 tiempos.
- Visualiza una línea que vaya por el centro de tu cuerpo, desde tu barbilla al pecho. Esta línea es el eje sobre el que tu cuerpo debe pivotar, y se debería extender horizontalmente en la dirección en la que nadas



[todossomosuno.com.mx](http://todossomosuno.com.mx)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la coordinación del estilo completo en crawl el niño estará en la capacidad desplazarse con mayor rapidez.

# Juego N° 30

**Tema:** (la coordinación del estilo completo crawl).

**Conceptualización:**

La coordinación base consiste en combinar seis patadas por cada ciclo completo de brazos, pero hay nadadores muy experimentados que utilizan la coordinación de dos patadas.

**Objetivos:**

Adaptar al organismo para esfuerzos físicos.

**Piscina:** profunda.

**Descripción del ejercicio:**

- Mantén las piernas rectas, pero no rígidas, con los dedos apuntando hacia afuera, y pateas arriba y abajo. Continúa pateando todo el tiempo.
- Mueve los brazos en un movimiento de molino, opuestos el uno al otro. Mientras un brazo queda totalmente extendido, el otro debería estar hacia atrás, casi contra el lado de tu cuerpo.
- Mantén las manos planas con el pulgar separado del índice, y empuja con el brazo extendido a través del agua bajo tu cuerpo. Dobla el brazo a la altura del codo y pasa las puntas de los dedos por esa línea imaginario en el centro de tu cuerpo



[www.smh.com.au](http://www.smh.com.au)

**Evaluación:**

Al finalizar esta etapa de enseñanza de la coordinación del estilo completo en crawl el niño estará en la capacidad desplazarse con mayor velocidad y sin presencia de fatiga muscular.

## **6.7 IMPACTO**

La presente guía didáctica será de gran impacto por cuanto, este documento tiene gran variedad de juegos. Al respecto se puede manifestar que el juego es una actividad placentera, fuente de gozo. La actividad lúdica procura placer, es una actividad divertida que generalmente suscita excitación, hace aparecer signos de alegría y los estudiantes aprenderán a nadar de una manera eficiente y duradera.

## **6.8 DIFUSIÓN**

La socialización de la presente propuesta se la realizó a los señores docentes haciendo conocer sus beneficios y su importancia en el proceso de enseñanza aprendizaje de la natación a través de los juegos didácticos para ello se elaboró talleres, para desarrollar las principales fases del estilo crawl, utilizando juegos didácticos.

## **6.9 BIBLIOGRAFÍA**

Abarca, S (2007) Psicología del niño en edad escolar San José Costa Rica Edit. Universidad Estatal a distancia.

Camiña, F (2011) Tratado de Natación Barcelona España Editorial Paidotribo

García, A (2009) El juego infantil y su metodología

Gómez (2012) Enseñanza de los estilos de natación, Sevilla Editorial, Deportivo, S, L

Hernández (2011) Natación I [Natación.com/articulos/técnica/crol](http://Natación.com/articulos/técnica/crol)

Hofmann, k (2008) 1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas Alemania Editorial Hispano Europea

Maglisho (2009) Natación Teórico, entrenamiento y competencia Barcelona España Editorial Paidotribo

Moreno (2011) Juegos Acuáticos Educativos Barcelona España Editorial Inde.com

Noble (2011) Más de 200 juegos individuales, por parejas Madrid, Editorial Tutor S.A

Norththomton (2007) Entrenamiento óptimo en natación Barcelona España Editorial Hispano Europea

Laugghlin (2009) Natación para todos Barcelona España Editorial Paidotribo

Omeñaca, R (2005) Juegos cooperativos y educación física, Barcelona España, Editorial Service S, L

Rivera L (2009) La enseñanza y el entrenamiento del estilo libre en natación Editorial El deporte

Sarle, P (2008) Enseñar en clave de juego, Buenos Aires Argentina, Editorial Novedades Educativas.

Sicilia, A (2007) Los juegos en Educación Física de los 12 a los 14 años Barcelona España Editorial Inde

Tavoglieri (2007) Curso de Apnea Barcelona España Editorial Paidotribo

Tripero, A (2013) Vygotsky y su teoría constructivista del juego

Zabalza, M (2006) Didáctica de la Educación Física Infantil Madrid España, Editorial Narcea

Zubiria, D (2004) El constructivismo en los procesos de enseñanza aprendizaje en el Siglo XXI Barcelona España Editorial Plaza Valdez

ANEXOS



## ANEXO Nº 1

### ÁRBOL DE PROBLEMAS



## Anexo: 2 MATRIZ DE COHERENCIA

EL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
¿De qué manera los juegos didácticos inciden en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de Octavos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014?	Determinar cómo influyen los juegos didácticos en el aprendizaje del estilo crawl de los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014
INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
¿Qué tipo de juegos didácticos utilizan los docentes para el aprendizaje del estilo crawl en los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?	Diagnosticar los juegos didácticos que utilizan los docentes para el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014
¿Cómo evaluar los aspectos técnicos del estilo crawl a los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?	Evaluar el nivel de ejecución de los aspectos técnicos del estilo crawl a los estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014
¿De qué manera utilizar el recurso didáctico de juegos didácticos para el aprendizaje del estilo crawl en los Estudiantes de Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 - 2014?	Proponer un recurso didáctico para que aprendan el estilo crawl de manera adecuada los estudiantes de los Octavos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013 – 2014.

### MATRIZ N° 3 MATRIZ CATEGORIAL

Concepto	Categorías	Dimensión	Indicador
<p>Un juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa.</p>	JUEGOS	Juegos con implementos	<p>Con aros discos sumergibles</p> <p>Con aros flotantes</p> <p>Con pelotas de tenis de mesa</p> <p>Con el pull-boy</p> <p>Con balón</p> <p>Con tapices de espuma</p> <p>Juegos de persecución</p> <p>Relevos</p>
<p>El estilo crol (del inglés crawl) se realiza con un brazo que se mueve en el aire con la palma hacia abajo para ingresar en el agua y el codo relajado, mientras que el otro brazo se desplaza bajo el agua. Las piernas dan patadas en un movimiento alternativo.</p>	ESTILO CRAWL	Ejercicios dentro del agua	<p>Posición del cuerpo</p> <p>Patada</p> <p>Brazada</p> <p>Respiración</p> <p>Coordinación</p> <p>Movimiento</p> <p>Completo</p>



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

### **FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

#### **INSTRUMENTO DIRIGIDO A LOS DOCENTES DE LA UNIDAD**

El presente cuestionario ha sido diseñado para conocer, “El juego como medio didáctico incide en el aprendizaje del estilo crawl en los estudiantes de octavos años de educación general básica de la Unidad Educativa “Sánchez y Cifuentes” de la ciudad de Ibarra en el año 2013-2014”. Le solicitamos responder con toda sinceridad, ya que de su colaboración depende el éxito, para formular una propuesta de solución al problema planteado, desde ya le anticipamos nuestro sincero agradecimiento.

**1. ¿Utiliza para las clases de Natación juegos didácticos con implementos para la enseñanza del estilo crawl?**

<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>

**2. ¿Realiza en las clases de natación juegos didácticos recreativos?**

<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>

**3. ¿Cree usted que utilizar juegos didácticos ayudará a mejorar su clase?**

<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>

4. ¿Cree usted que el estudiante aprenderá mejor utilizando juegos didácticos?

Si	No	A veces	Nunca

5. ¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la posición del cuerpo?

Si	No	A veces	Nunca

6. ¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la patada estilo crawl?

Si	No	A veces	Nunca

7. ¿Realiza juegos didácticos para la enseñanza de la brazada estilo crawl?

Si	No	A veces	Nunca

8. ¿Para la enseñanza de la respiración utiliza algún juego didáctico?

Si	No	A veces	Nunca

**9. ¿Realiza juegos didácticos para la ejecución del movimiento completo?**

<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>

**Pregunta N° 10**

**10. ¿Considera importante que el investigador elabore una Guía didáctica de juegos para la enseñanza del estilo crawl?**

<b>Muy importante</b>	<b>Importante</b>	<b>Poco importante</b>	<b>Nada importante</b>

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**



## FICHA DE OBSERVACIÓN

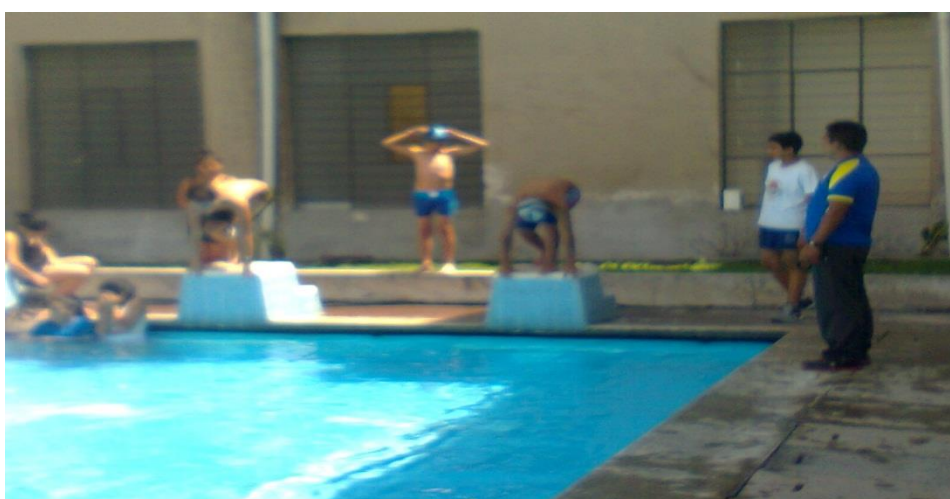
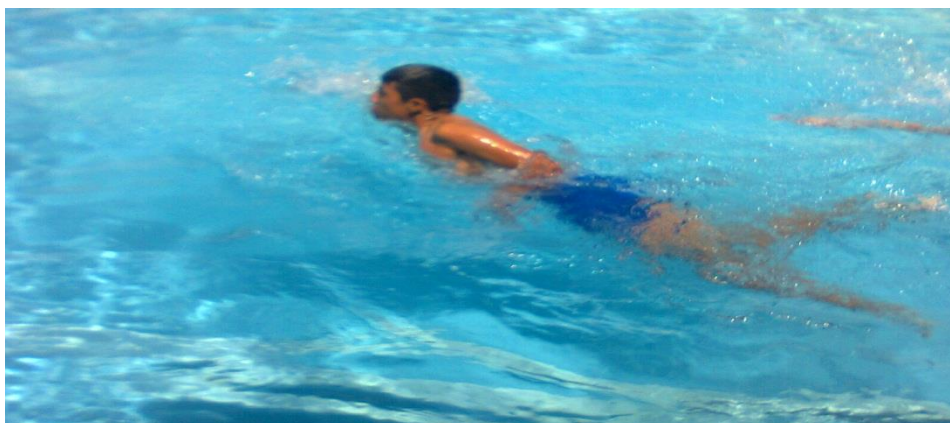
**Datos informativos:**

**Institución:**

**Nombre del niño/a:**

**Fecha:**

Ficha de Observación	S	CS	RV	N
<b>DESTREZA PRE-ESCRITURA</b>				
¿Posición del cuerpo??				
¿Amplitud de patada estilo crawl es?				
¿La articulación del pie está aflojada?				
¿Las puntas de los pies están hacia adentro?				
¿La recuperación de la brazada cuando realiza el estilo crawl es?				
¿La fase tirón empuje de la brazada cuando realiza el estilo crawl es?				
¿El movimiento completo del estilo crawl lo realiza?				
¿La respiración cuando realiza el estilo crawl es?				
¿El estilo personal del estudiante cuando nada el crawl es?				
¿Cuándo el estudiante está aprendiendo el estilo crawl crea nuevas formas de movimiento?				













**BIBLIOTECA UNIVERSITARIA  
AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN  
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA**

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA IDENTIDAD:	DE	100396424-2	
APELLIDOS NOMBRES:	Y	VITERI BENAVIDES XAVIER ANDRÉS	
DIRECCIÓN:	SAN ANTONIO DE IBARRA		
EMAIL:	gohanyou@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL:	0999289715

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"EL JUEGO COMO MEDIO DIDÁCTICO INCIDE EN EL APRENDIZAJE DEL ESTILO CRAWL EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SÁNCHEZ Y CIFUENTES DE LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2013-2014"
AUTOR (ES):	VITERI BENAVIDES XAVIER ANDRÉS
FECHA: AAAAMMDD	2014-12-14
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en la especialidad de Educación Física

<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	MSc. Vicente Yandún
--------------------------	---------------------

## 2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

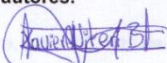
Yo, Viteri Benavides Xavier Andrés, con cédula de identidad Nro. 100396424-2, en calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

## 3. CONSTANCIAS

Los autores manifiestan que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es el titular del derecho patrimonial, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 27 días del mes de Enero del 2015

### Los autores:

  
Viteri Benavides Xavier Andrés

### Aceptación:

  
Ing. Betty Chávez  
JEFE DE BIBLIOTECA



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO  
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

Yo, Viteri Benavides Xavier Andrés, con cédula de identidad Nro. 100396424-2, manifestamos nuestra voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado "EL JUEGO COMO MEDIO DIDÁCTICO INCIDE EN EL APRENDIZAJE DEL ESTILO CRAWL EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SÁNCHEZ Y CIFUENTES DE LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2013-2014" que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en la especialidad de Educación Física. En nuestra condición de autor nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 27 días del mes de Enero del 2015

**Los autores:**

.....  
Viteri Benavides Xavier Andrés  
C.I.: 100396424-2